بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة اليرمـــــــوك
كلية التربية الرياضـيـة
قسم علوم الرياضـــيـة

عنوان الرسالة

مفهوم الذات وعلاقته بالانجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب

Self Concept and it's Relation To Sport Achievement Among Jordanian National Rackets Ball Players

إعداد الطالب

محمد خلف حسن منصور

الرقم الجامعي: 2005381002

إشراف الدكتور

مازن حتامله

حقل التخصص: علوم رياضة

2007

قرار لجنة المناقشة

مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب

إعداد

محمد خلف منصور

بكالوريوس تربية رياضية . جامعة اليرموك

قدمت استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية في

جامعة اليرموك ، اربد ، الأردن ،2007

مازن رزق حتامله...رئيسا

أستاذ علم النفس الرياضي التطبيقي المشارك ، قسم علوم الرياضة / جامعة اليرموك

فايز سعيد أبو عريضة...عضواً

أستاذ التدريب الرياضي ، قسم علوم الرياضة / جامعة اليرموك

هاشم محمد إبراهيم...عضواً

أستاذ التدريب وعلم النفس ، قسم علوم الرياضة / جامعة اليرموك

معين محمد طه...عضواً

أستاذ العاب المضرب المشارك ، كلية التربية الرياضية / الجامعة الأردنية

الإهـــداء

إلى من كلل العرق جبينه ...... وشققت الأيام كفيه ...... إلى الذي بذل جهد السنين سخيا ...... وصنع من الأيام سلالم لأرتقي بها نحو العلا ..... إلى الذي جعل نفسه شمعة تنير لي الدرب ..... إلى من غرس في نفسي التواضع والأمل وحب العمل.

والدي العزيز أمد الله في عمره

إلى من رأيت النور في أحضانها طفلا وغمرتني بالحب والحنان .... إلى من أخص الله الجنة تحت أقدامها ...... إلى التي قدمت عمرها في تربية أبنائها دون كلل أو ملل إلى من أحاطتني بدعائها ليل نهار ..... إلى من سهرت الليالي حتى أنام وتألمت حتى أشفى إلى حبي الكبير .....

أمي الحبيبة أطال الله في عمرها

إلى من زينوا أيامي بالمودة ووجدت أيديهم تمتد إلى أثناء الشدة .... إلى الذين أحاطوني بحنانهم وتشجيعهم ودعمهم لتخطي عناء الدراسة .... إلى الذين عاشوا معي في السراء والضراء.....

إخوتي وأخواتي

إلى من شاركوني أجمل لحظات الحياة ..... فكانوا لي منارة تضيء السماء ..... إلى الذين أحبوني وأحببتهم كما يحب الأخ أخاه .....

أصدقائي الأعزاء

شكـر وتقديـر

الحمد لله الذي أنعم علي وهداني إلى طريق العلم ومكنني من إتمام هذا العمل العلمي المتواضع ، والشكر كل الشكر إلى مشرف هذه الرسالة الدكتور مازن حتاملة ،الذي كان له كل الدعم والمساندة في إنجاز وإثراء هذا العمل ليكون على الصورة التي ظهر بها. كما أتقدم بجزيل الشكر إلى كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك ممثلة بعميدها ورئيس قسم الدراسات العليا وجميع العاملين بها وأخص بالشكر أساتذتي الأفاضل الذين لولا جهودهم ما كنت بما أنا عليه الآن.

كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى أعضاء لجنة المناقشة الأستاذ الدكتور فايز أبو عريضة والأستاذ الدكتور هاشم إبراهيم والدكتور معين طه على تفضلهم مناقشة هذه الرسالة .

كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى الاتحادات الأردنية لألعاب المضرب ممثله بإدارتها ومدربيها ولاعبيها لما قدموه إليّ من المساعدة لإتمام هذا العمل .

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

فهرس الملحق

الملخص

منصور، محمد. مفهوم الذات وعلاقته بالانجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك ,2007م. المشرف (د. مازن حتامله).

هدفت الدراسة للتعرف على مفهوم الذات وعلاقته بالانجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب، وهل يختلف هذا المفهوم باختلاف كل من الجنس، العمر، ونوع اللعبة، وعدد سنوات اللعب، ومستوى الانجاز (محلي، وطني، دولي) تبعاً للمتغيرات, وتكونت عينة الدراسة من (80) لاعباً ولاعبه من لاعبي المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن (ريشة طائرة ,. سكواش، كرة الطاولة، التنس).

استخدم الباحث مقياس تنسي لمفهوم الذات والذي يتكون من 100 فقره موزعه على تسعة أبعاد للذات (الواقعية, الشخصية، الأخلاقية, الاجتماعية، الأسرية، نقد الذات، تقبل الذات, الإدراكية، البدنية), وتم إيجاد معامل الصدق والثبات لهذه الدراسة .

أظهرت نتائج الدراسة أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمفهوم ذات بدرجة متوسطة على جميع إبعاد المقياس وجاءت كما يأتي مرتبة حسب أهميتها (الذات الأخلاقية، الذات الواقعية، الذات البدنية ,الذات الأسرية، الذات الإدراكية، تقبل الذات، الذات الشخصية، الذات الاجتماعية, نقد الذات).

كما أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطيه موجبة بين مفهوم الذات ومستوى الانجاز وان مفهوم الذات يختلف باختلاف هذا المستوى لصالح المستوى الأعلى .

كما دلت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات في مجالي تقبل الذات والذات الإدراكية للجنس ولصالح الإناث، في حين لم يكن هناك فروق على باقي

المجالات الأخرى يعزى لهذا المتغير، كما أظهرت النتائج أيضا عدم وجود فروق على أبعاد مفهوم الذات يعزى لمتغير عمر اللاعب . أما فيما يتعلق بمتغير نوع اللعبة فقد أظهرت نتائج الدراسة وجود دلالة إحصائية في مجالات تقبل الذات والذات البدنية والذات الشخصية ولصالح لاعبي لكرة الطاولة, في حين كان لصالح لاعبي الريشة الطائرة مجالي الذات الإدراكية والذات الاجتماعية.

وأظهرت النتائج أن هناك فروقاً داله إحصائيا في متغير عدد سنوات اللعب في مجالات الذات الإدراكية والذات الأخلاقية والذات الأسرية ولصالح عدد سنوات الممارسة للعب اقل من 5 سنوات، في حين لم تظهر فروق دالة إحصائيا في باقي المجالات تعزى لعدد سنوات الممارسة .

الكلمات المفتاحيه :

مفهوم الذات، مقياس تنسي، مستوى الانجاز، لاعبي المضرب، الريشة الطائرة

الفصل الأول

المقدمة وأهمية الدراسة

الرياضة مطلب حضاري للجميع تعبر عن المجتمع المتطور، وهي الميدان الرحب الذي يستطيع الإنسان من خلاله التقرب إلى المجتمع، وهي أداه فاعلة في توجيه الفرد التوجيه الصحيح كونها أداة حقيقية لتربيته بدنياً وصحياً وذهنياً ونفسياً من خلال تطوير قدراته وإمكاناته الجسمية والفكرية، والوصول بالفرد إلى أعلى المستويات الممكنة في جميع مجالات الحياة وخاصة في النشاط الرياضي الممارس، حيث تعتبر الرياضة مجالاً مهماً للرقي الاجتماعي والتقدم الحضاري للدول والشعوب وتلعب دوراً مهماً في بناء وتطوير شخصية الفرد .

إن النشاط الرياضي باختلاف أنواعه يعد من الأنشطة الإنسانية التي تزخر بالعديد من المواقف التنافسية التي قد تؤثر في شخصية الفرد ومفهومه لذاته وتقديره لها، فالفرد تارة يكون فائزاً وأخرى خاسراً أو متعادلاً فمثل هذه المواقف تؤثر في شخصية الرياضي من حيث تقديره لذاته ووضعها موضعها المناسب بالنسبة للآخرين، سواء كان ذلك ايجابياً أو سلبياً. (Kyllo,Landeres,1995).

ويرى الباحث أن الإنجاز الرياضي يعتبر الهدف الرئيسي الذي يسعى إليه الرياضيون, وحتى يتمكن هؤلاء الرياضيين من الوصول إلى المستويات العليا وتحقيق الإنجاز الرياضي يتطلب إعداد وحدات تدريبية شاملة في مختلف الجوانب (الجانب البدني, المهاري, الخططي, النفسي).

ويعتبر الجانب النفسي أحد هذه الجوانب الأساسية والتي تلعب دورا مهما في قدرة اللاعب على مواجهة المواقف المختلفة أثناء المنافسات وتحظى هذه المواقف سواء كان بالنجاح أم الفشل, حيث أشار الخشاب (1988) إلى أن الصفات النفسية لها اثر كبير في تحقيق الإنجاز الرياضي الجيد في الألعاب الرياضية.

لذلك يجب الاهتمام بالسمات الشخصية لدى الرياضيين وخاصة مفهوم الذات باعتباره من السمات الشخصية المهمة المؤثرة في سلوك أداء اللاعبين, حيث يعتبر مفهوم الذات ركنا أساسيا من الأركان التي تقوم عليها شخصية الفرد, وتلعب دورا مهما فيما يمارسه الفرد من سلوك في نواحي الحياة المختلفة (الجبالي . 1989) والذات جوهر الشخصية ومفهوم الذات حجر الزاوية فيها، وهو الذي ينظم السلوك (حنتوش، 1987).

يلعب مفهوم الذات أو فكرة المرء عن نفسه دوراً كبيراً في توجيه السلوك وتحديده فالطالب الذي لدية فكرة عن نفسه بأنه ذكي ومواظب ومجتهد يميل إلى التصرفات تبعاً لهذه الفكرة، فالمفهوم على هذا النحو يعمل كقوة دافعة . وعليه فإن الكيفية التي يدرك بها الفرد ذاته تؤثر في الطريقة التي يسلك بها (عروق,1992).

أشار يعقوب (1990) إن مفهوم الذات ليس أمرا موروثاً بل يتم تعلمه وتطوره عبر الحياة التي يعيشها الفرد ويمارس خبرته فيها، كما أن الوعي بالذات يبدأ بطيئا عند تفاعل الفرد مع بيئته التي تتسع رقعتها يوماً بعد يوماً متأثرا بما في هذه البيئة من عناصر ويطور مفهومه ذاته من مجموعة المصادر المترابطة وهي : الذات الجسمية أو صورة الجسم واللغة والتغذية الراجعة من الآخرين وخبرات التنشئة التي يتعرض لها في حين وجد(عدس وتوق ,1981) أن فكرة الفرد عن ذاته كشيء متفرد تعتمد في تكوينها وتشكيلها على البناء البيولوجي المتفرد

الخاص به، ولكنها عرضة للتعديل فيما بعد بتأثير من الظروف البيئية والاجتماعية التي قد تحيط به، أي أن مفهوم الذات ينمو تكوينياً كنتاج للتفاعل الاجتماعي جنباً إلى جنب مع الدافع الداخلي لتأكيد الذات .

ويسير مفهوم الذات نحو الارتقاء والتمايز بفضل عمليات النضج والتنشئة الاجتماعية، وكلما اتسعت رقعة الفرد ازدادت معها محتويات مفهوم الذات لتشمل الصفات الجسمية والنفسية والممتلكات المادية والعلاقات الاجتماعية والقيم والاهتمامات والغايات والأهداف والدور في الحياة (محافظة والزعبي ,2007).

ازداد اهتمام الباحثين وعلماء النفس بمفهوم الذات كسمة شخصية تعبر عن تصورات وخبرات الفرد الذاتية, فقد عرفوا مفهوم الذات بأنه مصطلح سيكولوجي يستخدم ليعبر عن مفهوم افتراضي يتضمن جميع الآراء والأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه, وتشمل معتقدات الفرد وقناعته وخبراته السابقة وطموحه مستقبلا (دويدار .1992).

ويرى صوالحة (1990) أن مفهوم الذات قوة موجهه دوافعه لسوك الفرد حيث تدفع المفاهيم الإيجابية لذات الفرد لمواجهة المواقف الجديدة بشجاعة, في حين يشعر ذوي المفاهيم السلبية عن ذاتهم بالعجز والفشل ويتصفون وفق ذلك, لذلك فان مفهوم الذات الإيجابية يجعل الفرد أكثر ثقة وفاعلية في أدائه وسلوكه وصولا إلى تحقيق أهدافه, ويرى راتب (1990) أن قيمة الفرد لذاته هو مفتاح الدافعية له.

ويرى بني جابر(2002) أن مفهوم الذات يتأثر بعوامل كثيرة منها ما هو داخلي يتعلق بالفرد نفسه مثل قدراته المختلفة وخصائصه الجسمية وسماته الشخصية الجنسية, ومنها ما هو خارجي كنظرة الآخرين إليه, أي أن مفهوم الذات يتأثر بعوامل وراثية وأخرى بيئية.

ونظرا لأهمية الذات في المجال الرياضي فقد قام العديد من الباحثين بدراسة مفهوم الذات من اتجاهات مختلفة, فمنهم من درس اثر المشاركة في النشاط الرياضي والمعسكرات الرياضية وبرامج التدريب على مفهوم الذات مثل دراسة السكري (2000) وايبل وفي(Ebbeck & Gbbon.1998)، فمنهم من اهتم بإجراء مقارنات في مفهوم الذات بين الرياضيين المميزين وغير الرياضيين والممارسين وغير الممارسين مثل دراسة مارش (Marsh ,1998) ومارش وآخرون (Marsh & Others ,1995) وقام قسم آخر بدراسة علاقة مفهوم الذات بمستوى الأداء ودافعية الإنجاز مثل دراسة جورج (1994) وعمارة (1999) ومنهم من اهتم بدراسة اثر درس التربية الرياضية على مفهوم الذات مثل دراسة ويللر ورتشاردسن (Weiller & Richardson ,1993) وباحثون توجهوا لدراسة مفهوم الذات واثر بعض المتغيرات علية مثل دراسة مارش (Marsh ,1998) والقدومي (1999) ومنهم من درس مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي مثل دراسة باكير (2001)

تكمن أهمية الدراسة بأنها واحدة من الدراسات القلائل التي تعني بدراسة مفهوم الذات لدى لاعبي العاب المضرب و هي مهمة بالنسبة للمعلمين والمدربين والعاملين في مجال هذه الألعاب حيث تساعد نتائجها على مراعات إعطاء التدريبات التي تعمل على تنمية مفهوم الذات ومدى أهميته بالنسبة للاعبين حيث تبحث هذه الدراسة في مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب والبحث في مدى العلاقة بين مفهوم الذات وعلاقتها بالإنجاز من خلال نظرة الفرد الخاصة تجاه نفسه الإيجابية أو السلبية ونظرة الآخرين للفرد وتقديراتهم له وانطباعاتهم نحوه.

مشكلة الدراسة:

الوصول إلى الإنجازات الرياضية العالية تتطلب الكثير من العمل والتواصل والمثابرة خلال التدريب والمنافسات والتي تتطلب أيضا التصميم والإرادة والدافعية نحو ما يسعى إليه اللاعب وفهم المتطلبات الضرورية للنجاح في رياضته مثل التعرف إلى العوامل التي تقوده إلى النجاح وفهم الذات ليكون قادر على مواجهة الضغوطات والاحتمالات التي يمكن أن تظهر خلال التدريبات والمنافسات الرياضية خاصة أن المنافسة الرياضية تفرض على اللاعب أعباء نفسية كثيرة نتيجة عدة عوامل مثل سمعة الفريق واللاعب الخصم والجمهور وطبيعة المباراة وأهميتها حيث أن هذه العوامل تؤثر سلبا على اللاعب أثناء المنافسات اذا لم يكن ملم بها ومحتاط للتعامل مع مثل هذه الأعباء وهذا ما أشار إليه محسن (1999).

تكمن مشكلة الدراسة في أن هناك عدد من اللاعبين الرياضيين يتمتعون بمستوى تدريبي جيد (بدني، خططي، مهاري) ولكن أثناء المنافسة الرياضية يلاحظ أن مستوى أدائهم اقل من المتوقع، وبالتالي يتعرض اللاعبين إلى خسارات وإخفاقات كثيرة في المباريات لذلك فان الإعداد البدني والنفسي يلعبان دورا هاما وأساسيا في المحافظة على مستوى تلك الفروق أثناء المنافسة، حيث يؤثر مفهوم الذات على مستوى أداء اللاعبين فاللاعبين الذين يمتلكون مفهوم ذات جيد يظهرون مستوى أفضل من غيرهم، وان عدم امتلاك اللاعبين لمفهوم ذات جيد قد تشكل عائقا في تقدمهم بالرغم من المستوى التدريبي الجيد لهم .

وجد الباحث من خلال مسيرته الرياضية كلاعب، بأنه مر في ظروف مشابهه من حيث الأداء الذي شعر به بالثقة والشعور الجيد والمنافسات التي شعر بها بإخفاق وتردد نفسي

يقوم القدرة والأداء الجيد وأيضا من خلال انخراط الباحث كمدرب وجد نفس الظروف عند اللاعبين واللاعبات من حيث مفهومهم لذاتهم نحو قدراتهم وتقييم أنفسهم خلال التدريبات

والمنافسات, وبعد الاطلاع على الأدب النظري لهذا الموضوع مما دعا الباحث للتعرف على أهمية مفهوم الذات وكيفية التعامل معه مع مثل هذه الحالات حيث أشارت العديد من الدراسات وعلماء النفس وخاصة في المجال الرياضي إلى الارتباط الايجابي بين مفهوم الذات الايجابي والانجاز الرياضي .

ويرى الباحث انه لمفهوم الذات اثر ايجابي وفعال يستطيع اللاعب أو اللاعبة تقييم الوسائل التي تساعد على تسخير قدراته واتجاهاته نحو تحقيق الهدف والوصول للمستويات العليا .واللاعب الذي يملك المهارات الحركية واللياقة البدنية قد لا يستفيد من قدراته إذا كان لا يمتلك القدرة على تحمل المسؤولية .

ونظراً لأهمية العاب المضرب في الأردن وجد الباحث انه من الأهمية التعرف على مستوى مفهوم الذات للاعبين واللاعبات للوقوف على الحقائق الواقعية لمستوى لمفهوم الذات عندهم وعلاج ما هو ضعيف عندهم .

أهداف الدراسة:

1. التعرف الى مفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن.
2. التعرف الى علاقة مفهوم الذات بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن.
3. التعرف الى الفرق في مفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن تبعا لمتغيرات الدراسة .

تساؤلات الدراسة:

1. ما هي نظرة اللاعبين واللاعبات نحو مفهوم الذات ؟
2. هل يختلف مفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن تبعاً لاختلاف مستوى الانجاز الرياضي (محلي, وطني، دولي) ؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب تعزى لمتغيرات (الجنس، العمر، نوع اللعبة ، عدد سنوات اللعب)؟

مجالات الدراسة:

المجال الزماني: من 1-25/ 2007/9م .

المجال المكاني: مدينة الحسين للشباب (صالة مؤتة لكرة الطاولة والريشة الطائرة وملاعب الاتحاد الأردني للتنس وملاعب الإتحاد الأردني للسكواش).

المجال البشري: لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب.

تعريف المصطلحات:

* **مفهوم الذات:** تقييم الفرد لنفسه ككل من حيث مظهرة وخلفيته وأصوله وكذلك قدراته ووسائله واتجاهاته شعوره حتى يبلغ ذلك ذروته حيث تصبح قوة موجهة لسلوكه.

* **الإنجاز الرياضي:** هي التفوقات التي يحصل عليها اللاعب إثناء المنافسات وتصنيفه حسب البطولات التي يخوضها كل لاعب على المستويات المحلية والوطنية والدولية .

* **المستوى المحلي** : هو ترتيب اللاعبين واللاعبات في دوري عام 2007 وتصنيفهم حسب مراكزهم في الدوري الذي يشرف علية الاتحاد الأردنسي للعبة (الريشة الطائرة، السكواش، التنس، كرة الطاولة) .

* **المستوى الوطني** : هو ترتيب اللاعبين واللاعبات الذين مثلوا الأردن في البطولة العربية لعام 2007 الذي يشرف عليها الاتحاد العربي للعبة (الريشة الطائرة، السكواش، التنس، كرة الطاولة) وترتيب اللاعبين واللاعبات حسب مراكزهم في هذه البطولة .

* **المستوى الدولي** : هو ترتيب اللاعبين واللاعبات الذين مثلوا الأردن في البطولة الدولية لعام 2007 الذي يشرف عليها الاتحاد الدولي للعبة (الريشة الطائرة، السكواش، التنس، كرة الطاولة) وترتيب اللاعبين واللاعبات حسب مراكزهم في هذه البطولة .

* **تعريف إجرائي** .

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

مفهوم الذات:

تطور مفهوم الذات:

مفهوم الذات مفهوم قديم يعود البحث فيه إلى الحضارة اليونانية القديمة, حيث بحث فيه أبقراط الطبيب والفلاسفة كسقراط وأفلاطون وأرسطو والحضارة الرومانية على يد جالينوس والصينية من خلال كنفرشيوس والفلاسفة المسلمون كالكندي والفارابي وابن سينا والغزالي وابن رشد الحفيد وبعد فتح الأندلس تتلمذ أبناء أوروبا على أيدي علماء المسلمين ليكون هؤلاء الطلبة من بعدهم طليعة عصر نهضة أوروبا اليوم, وتكلم من جاء بعد ذلك من المفكرين عن مفهوم الذات متذبذبين بين الروح تارة وبين الذات تارة أخرى.

وفي العقد الأخير من القرن التاسع عشر بدأ مفهوم الذات يمثل مكانة ليصبح في علم النفس كمفهوم نفسي من خلال كتابات وليام جيمس w. James, التي مهدت الطريق أمام النظريات المعاصرة التي اهتمت بدراسة الذات (قديح، 1992).

يعد مفهوم الذات حجر الزاوية في الشخصية، إذ أن وظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشخصية ليكون الفرد متكيفا مع البيئة التي يعيش فيها وجعله محبوبا ومتميزا عن الآخرين, فهو يسعى إلى تماسك الشخصية التي تميز الفرد عن غيره وتتجلى أهميته في كونها تحدد السلوك الإنساني إذ أنه يؤثر في الآخرين ليسلكوا سلوكا يتماشى مع خصائصه فهو يحدد من جهة أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين، كما يؤثر في ذات الوقت في تحديد أسلوب تعامل الآخرين معه فهو يلعب دورا كبيرا في الصحة النفسية والتوافق .

ويرى الباحث إن مفهوم الذات هو مفهوم افتراضي مدرك يتشكل من خلال المتغيرات البيئية الكثيرة حيث لا يمكن الفصل بينهما تماما فهي تشترك بدرجات متفاوتة مع بعضها إذ تؤثر كل منهما في الأخرى فأي تحسن في أي متغير من المتغيرات التي تشكله ستصب في مفهوم الذات. لذلك يعد مفهوم الذات من المواضيع الهامة الذي تختلف فيه وجهات النظر من حيث تعريفه.

معنى تقدير الذات :

أشار كينيث فوكس (Fox,1997) إلى ضرورة التمييز بين مصطلح "مفهوم الذات " وبين مصطلح "تقدير الذات " لان هناك فروقاً بينهما فمفهوم الذات يعزى إلى "وصف الذات "في حين أن تقدير الذات يرتبط "بالعامل التقييمي " لمفهوم الذات من حيث أن الشخص يصدر حكماً أو تقديراً عن جدارته أو كفاءته .

ويرى كامبل (Campbell,1984) أن تقدير الذات هو وعى الشخص بالمزايا أو نواحي القوة التي يمتلكها أو يتميز بها من وجهة نظره .ولا يقصد بهذه المزايا أو نواحي القوة ارتباطها دائما بالجوانب الاجتماعية المرغوبة ,إذ قد يقوم مدرب رياضي بتقدير ذاته أو تقييم نفسه على انه "ديكتاتوري" أو "عنيف" مثلاً,وقد تكون هذه الديكتاتورية أو هذا العنف من الجوانب غير المرغوب بها اجتماعياً.

وترى شيرتل (Shertill,1998) أن هناك معنيان لمفهوم الذات الأول :وهو المفهوم التقليدي حيث انه الهدف الشامل لكل المعتقدات والنوايا التي يحملها الشخص في نفسه أما المعني الجديد لمفهوم الذات فهو المعرفة الملاحظة والقابلة للقياس التي يحملها الشخص عن نفسه .

تعريفات مفهوم الذات:

يقول هول وليندزي(Holl &Lindzey,1971) إن لكلمة الذات في علم النفس معنيان:

المعنى الأول : الذات كموضوع حيث أنه يعين اتجاهات الشخص ومشاعره ومدركاته وتقييمه لنفسه كموضوع . وبهذا تكون الذات هي فكرة الشخص عن نفسه.

المعنى الثاني: الذات كعملية أي الذات هي فاعل بمعنى أنها تتكون من مجموعة نشيطة من العمليات كالتفكير والتذكر والإدراك .

و يعرف ولمان(Wolman,1973) مفهوم الذات بأنه تقييم الفرد لنفسه .

ويذكر فهمي (1976) أن مفهوم الذات هو مجموع إدراكات الفرد لنفسه وتقييمه لها, ويتكون من خبرات إدراكية وانفعالية تتركز حول الفرد باعتباره مصدر الخيرة والسلوك.

ويذكر زهران (1977) أن الذات هي الشعور والوعي بكينونة الفرد، وهي تنمو وتنفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي وتتكون بينهما نتيجة للتفاعل مع البيئة.

ويذكر هانستاب وورن (Han stab & Warren,1986) أن مفهوم الذات يعني تقييم الفرد لخصائصه الشخصية واتجاهاته ووضعه الاجتماعي.

يشير زهران (1997) أن مفهوم الذات "تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد. ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو"." مفهوم الذات المدرك "و المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع

يتصورنها عنه والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين " " مفهوم الذات الاجتماعي ". والمدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون "مفهوم الذات المثالي ".

وعرفه الشناوي وآخرون (2001) بأنه هو المجموع لإدراكات الفرد ,وهو صورة مركبة ومؤلفة من تفكير الفرد عن نفسه وعن تحصيله وعن خصائصه وصفاته الجسمية والعقلية والشخصية واتجاهاته نحو نفسه وتفكيره بما يفكر الآخرون عنه وبما يفضل أن يكون عليه .

أما بني جابر وآخرون (2002) فعرفه بأنه تقييم الشخص ككل من حيث مظهره وخلفيته وقدراته واتجاهاته وشعوره ووسائله، بحيث يصبح مفهوم الذات موجهاً للسلوك عندما تبلغ هذه الأشياء ذروتها .

ومن خلال استعراض التعريفات الخاصة بمفهوم الذات يرى الباحث بان مفهوم الذات هو مجموعة الصفات الإيجابية والسلبية التي يعتقد الفرد أنه يتصف بها وتتشكل من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به (الخبرة) .

أنواع مفهوم الذات :

هناك نوعان لمفهوم الذات :

1- المفهوم الايجابي :

إن مفهوم الذات الايجابي يمثل الصحة النفسية والتوافق النفسي، ويذكر بان تقبل الذات يرتبط ارتباطاً جوهرياً موجباً بتقبل الآخرين، وان تقبل الذات وفهمها يعتبر بعداً رئيسياً في عملية التوافق الشخصي (زهران ,1997م:72) .

ويعتقد روجرز أن تحديد مفهوم الذات الموجب لدى الطفل يعتمد علــى تلقــي الطفــل التقدير الموجب غير المشروط والذي يعني إظهار التقبل للطفل بغض النظر عن سلوكه فالآباء الذي يظهرون الحب والتقدير للطفل حتى إذا لم يحصل على درجات عالية في الدراسة، فأنهم بذلك يظهرون اعتبارا موجباً غير مشروط ,وعند ذلك فان الطفل سينمو لدية مفهــوم للــذات ويشعر بتقبله لذاته حتى عندما يفعل أشياء مخيبة لأمال الآخــرين (Plotnik,1993,451) والفرد الذي يتمتع بمفهوم موجب لذاته يميل عبر الصورة الذاتية التي يكونها عن نفسه جسمياً وعاطفياً واجتماعياً وعقلياً، وعبر إدراكه السليم لطموحاته وإنجازاته وقدراته إلى أن يــسعى لتحقيق أقصى ما يتجه له تلك الذات من إمكانيات وهذا الشيء لا يتم التوصل إليــه بــسهوله ويسر (محمد محمود ,1987).

2- المفهوم السلبي :

وهذا المفهوم يتضح لدى الفرد من خلال أسلوبه أو تصرفاته الخاصة وتعاملاته أو من تعبيره عن مشاعره تجاه نفسه وتجاه الآخرين مما يجعلها تصفه بعدم الــذكاء الاجتمــاعي أو الخروج عن اللياقة في التعامل أو عدم تقدير الذات (بهادا :34.1983).

كما أن مفهوم الذات السلبي يجعل الفرد يعاني من مشاعر عدم الثقة بــالنفس ونقــص الكفاءة ,مما يؤدي بان يكون اقل تكييفاً من الناحية النفسية .(العارضة .1989)

ويعتقد روجرز (Rogers) بأن مفهوم الذات السالب لدى الطفل، يعتمد على الاعتيــاد الموجب المشروط، الذي يعنى بإظهار تقبل الوالدين للطفل وفقاً لسلوكيات معينة يسلكها الطفل, فقد يعطى الوالدين المساندة ولتعزيز للطفل إذا كان يسير بشكل مرض في دراسته، في هــذه الحالة يتلقى الطفل تقديراً موجباً لديه. بل ويشير بالاقتصاد عندما يفعل أشياء مخيبــة لأمــال الآخرين (Plotnik.1993:451)

ويصف سميث أن الأفراد الذين يعتقدون أنفسهم سلبيين بأنهم أفراد يفتقدون الثقة بأنفسهم، ويخشون دائماً التعبير عن الأفكار غير العادية، بحيث يميلون إلى الحياة في ظل الجماعات الاجتماعية مستمعين أكثر من كونهم مشاركين ويفضلون العزلة والانسحاب على المشاركة مما يقلل فرحهم في تكوين صداقات وعلاقات مع الآخرين (رمضان .1994).

ويذكر جبريل (1993) أن الأطفال ذوي المفهوم السلبي للذات يتميزون بالإدراك السالب للذات، وعدم الرضا عن ذواتهم "السلبية" وعدم القدرة على تحمل المسؤولية والتشاؤم بالإضافة إلى أنهم يصفون أنفسهم دائما في مواقف لا يستطيعون الإنجاز فيها ويلومون أنفسهم أحيانا بسبب إخفاقاتهم مما يسئ للصحة النفسية لديهم.

وبناء على ما سبق يتضح أن الذات تكون موجبة وقد تكون سالبة فكلما كانت الذات موجبه أدى ذلك بالفرد إلى التوافق النفسي وكلما كانت الذات سالبة أصبح الفرد عرضة للقلق والاضطراب وبالتالي سوء التوافق النفسي.

العوامل المؤثرة في مفهوم الذات:

يتكون مفهوم الذات لدى الفرد منذ اللحظات الأولى في حياته, حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه والآخرين المحيطين به, وفي هذا الصدد يذكر الأشول (1984) إن الإنسان لا يولد ولدية مفهوم لذاته, بل إن هذا المفهوم ينمو ويتطور نتيجة خبراته فالعناصر الجوهرية لتكوين مفهوم الفرد عن ذاته, هي نتاج الخبرات المختلفة التي يتعرض لها الفرد.

ترى بهادا (1983م) " أن نظريات النمو والتعليم الإنساني أجمعت على أن مفهوم الذات يتكون عادة من خلال السنوات الست الأولى من حياة الإنسان، من تجمع المعلومات والخبرات الحياتية المختلفة وتكوين الاتجاهات الايجابية والسلبية نحو النفس والتي تتحدد نتيجة لها صوره خاصة للإنسان نحو ذاته تبرز فيها ملامحه ومقومات الشخصية ".

ويذكر إسماعيل (1993م) أن نظريات الذات أظهرت على أن مفهوم الذات يتشكل منذ الطفولة وعبر مراحل النمو المختلفة على ضوء محددات معينة، وان الذات هي نتاج التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين .

ويشير زهران (1997م) إلى أن الفرد يحول خبراته التي يمر بها خلال مواقفه الحياتية إلى رموز يدركها ويقيمها في ضوء مفهوم الذات وفي ضوء المعايير الاجتماعية أو يتجاهلها (على أن لا علاقة لها ببنية الذات)، أو ينكرها أو يشوهها (إذا كانت غير متطابقة مع بنية الذات) أو إذا وجد صراعاً بين تقييمه وتقيم الآخرين، فإنه قد يضحي بتقييمه وينكر أو يشوه خبرته ويغير سلوكه ليطابق إدراك وتقييم الآخرين، وهذا الإنكار والتشويه لخبرات الفرد يؤدي إلى القلق واللجوء إلى حيل دفاعية وسوء في التوافق النفسي .

ويرى الباحث أن مفهوم الذات يتكون لدى الفرد في مراحل حياته المختلفة حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه وعن الآخرين المحيطين به في البيئة وعن البيئة التي يعيش فيها ويمكن أن تتغير كلما تكونت خبرات وأفكار جديدة لدى الفرد .

ويرى روجز أن مفهوم الذات ثابت إلى حد كبير، ولكن يمكن تغييره وتعديله، حيث يرجع سلوك الفرد إلى محاولة تحقيق الذات، وقد يؤدي به إلى تعديل سلوكه بما يتناسب مع ما يحيط به, فإذا كانت البيئة المحيطة غير مؤاتية، فان مشكلات الفرد تزداد، وعلاج هذه المشكلات يتطلب من المعالج تزويد الفرد المضطرب بجو اجتماعي يمكنه من التعبير عن مشاعره ثم قبول تلك المشاعر، واتخاذ القرار المناسب لها، ويؤدي ذلك إلى نمو الذات نحو مزيد من الصحة والقوة وزيادة كفاءتها لتكوين علاقات أفضل مع الآخرين (شناوي وآخرون,2001) .

يشير بني جابر وآخرون (2002) على أن مفهوم الذات يتأثر بعوامل كثيرة منها ما هو داخلي يتعلق بالفرد نفسه مثل قدراته المختلفة, خصائصه الجسمية، سماته الشخصية، جنسه، ومنها ما هو خارجي كنظرة الآخرين إليه، أي أن مفهوم الذات يتأثر بعوامل وراثية وعوامل أخرى بيئية .

مصادر تكوين مفهوم الذات :

إن مفهوم الذات مفهوماً مكتسباً يتم تعلمه ثم يتطور عبر رحلة الحياة الطويلة التي يعيشها الفرد ويمارس خبرته فيها، كما إن الوعي بالذات يبدأ بطيئا عند تفاعل الفرد مع بيئته التي تتسع رقعتها يوماً بعد يوم، حيث يتأثر مفهوم الذات بمجموعة من المصادر التي لها اثر كبير على مفهوم الذات ومنها :

* **الخصائص الجسمية:**

إن صورة الجسم له أهمية كبيرة بالنسبة لصورة الفرد عن ذاته ومفهومه عنها لذلك فان بنية الجسم ومظهرة وحجمه تعتبر من الأمور الحيوية والمهمة في تطوير مفهوم ذات الفرد فتصور الفرد لجسمه وما يشعر به نحو هذا الجسم تعتبر محور ذاته وبخاصة في السنوات الأولى من حياته (عدس وتوق ,1998), (رمضان ,1998) .

* **القدرة العقلية:**

تلعب القدرة العقلية دورا مهماً في التأثير على مفهوم الذات لدى الفرد فقد يكتشف الطالب وخاصة المراهق أن المدرسين في معظم المدارس يعطون أهمية بالغة للتحصيل العقلي, لذلك ينظر المراهق إلى نفسه، هل هو ضعيف أم سريع أم متوسط الفهم والتحصيل ؟

لذلك فان القدرة العقلية لها اثر كبير في تقييم الفرد لذاته (رمضان ,1998) (زهران, 1983).

* **الدور الاجتماعي :**

يؤثر الدور الاجتماعي في مفهوم الذات حيث تنمو صورة الذات خلال التفاعل الاجتماعي وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية، وإثناء تحرك الفرد في إطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه . فانه عادة يوضع في أنماط من الأدوار المختلفة منذ طفولته وأثناء تحركه خلال الأدوار، ويتعلم أن يرى نفسه كما يرى زملاءه في المواقف الاجتماعية المختلفة، وفي كل منها يتعلم المعايير الاجتماعية والتوقعات السلوكية التي يربطها الآخرين بالدور (أبو زايد ,1987).

* **التفاعل الاجتماعي :**

يشير امين (2001)على إن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناجحة تعزز الفكرة السليمة عن الذات الموجب وان نجاح التفاعل الاجتماعي يزيد من نجاح العلاقات الاجتماعية ويؤدي إلى زيادة نجاح التفاعل الاجتماعي.

* **اللغة :**

إن تطور اللغة يساعد في تطوير مفهوم الذات حيث إن الطفل عندما يستعمل صوته ويسمع نفسه يتحدث فانه يثير نفسه فضلاً على إثارة الآخرين، وبسبب ذلك فانه يستطيع أن يتفاعل مع كلماته الخاصة ويبدأ يفكر بها وبهذا فانه يصبح يأخذ دور الأخر ليكون اللغة التي تعلمها تسمعها ويستجاب لها بواسطة نفسه والآخرين بالمثل (أبو زايد ,1987) .

* **المدرسة :**

تعتبر الخبرات المدرسية من المصادر الرئيسة التي تشكل مفهوم الذات، حيث يمر الفرد بخبرات وظروف ومواقف وعلاقات جديدة فيبني صورة جديدة عن قدراته الجسمية والعقلية

وسماته الاجتماعية والانفعالية, متأثر في المواصفات التي يصفها الآخرين لذاته (وهبي,1999).

* **الأسرة :**

إن الأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه ويصف بها ذاته، هي نتاج أنماط التنشئة الأسرية والاجتماعية والتفاعل الاجتماعي لأساليب الثواب والعقاب، ولعل أهم هذه المصادر أساليب التنشئة الأسرية (يعقوب ,1990).

ويشير السرطاوي (1996) أن الأسرة والمدرسة تلعب دوراً كبيراً في تكوين مفهوم الذات لدى الأفراد، حيث تقوم الأسرة بالتنشئة الاجتماعية للطفل وتوفر الرعاية الشامل له، ومن خلالها تنعكس نظرتها على سلوك الطفل وتصرفاته .

* **جماعات الزملاء ورفاق اللعب والأصدقاء وزملاء المهنة :**

هذه الجماعات تلعب دوراً هاماً في التأثير على مفهوم الذات لدى الفرد، فنظرة الأقران للفرد وتقديرهم له، يحدد إلى حد ما فكرته عن نفسه فهذه التقويمات العاكسة إن كانت مقبولة فإنها تؤدي إلى استحسان الفرد لنفسه، وإن كانت مقبولة فانه ينتقص من نفسه، وينمي مفهوماً سلبياً عن ذاته .

يسعى الباحث من خلال دراسته البحث والتعرف على مستوى مفهوم الذات وعلاقتها بالانجاز الرياضي لدى لاعبي العاب المضرب على المستويات الوطنية حيث أن هذه الألعاب تمتاز بطابع خاص عن الألعاب الجماعية الأخرى من حيث اللعبة وممارسيها ,لقد اختار الباحث العاب المضرب التي لاحظ فيها اختلافات بين ممارسيها من خلال انخراطه فيها وتدريبه لبعض منها ومن الألعاب التي شملت الدراسة الحالية :

أولاً: لعبة الريشة الطائرة :

لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الرياضية القديمة الحديثة ,فهي قديمة قدم معظم الألعاب الرياضية الأخرى, حيث سجل التاريخ أول ظهور لها قبل (2000)سنه في الصين وسيام (تايلاند),ألا أن الظهور الحقيقي لهذه اللعبة كان عندما أخذت اسم المقاطعة الإنجليزية التي ظهرت عليه وهي مقاطعة "بادمنتون"(Badminton) سنة 1873م في إنجلترا، واستمرت في التطور والظهور حتى تم تشكيل الاتحاد الدولي سنة 1934م, بما أنها لعبة حديثة العهد فلم تدخل هذه اللعبة الأولمبياد إلا في سنة 1988م كلعبة استعراضيه في دورة سيؤل الأولمبية ونالت الاعتراف الرسمي الأولمبي في أولمبياد برشلونة عام 1992 في أسبانيا.(Barry,1971)

أما عربيا فهي لعبة حديثة العهد حيث تشكل الاتحاد العربي عام 1996م ودخلت لأول مرة الدورات الرياضية العربية في عام 1999م في الدورة الرياضية العربية التاسعة في الأردن (مجلة الشباب، 1999) .

تأسس الاتحاد الأردني للريشة الطائرة في عام 1993. ونظرا لتأثر هذه اللعبة بالظروف الخارجية فأنها تلعب داخل القاعات المغلقة.وان ما يميز هذه اللعبة عن ألعاب المضرب الأخرى هو أن الإرسال يتم من داخل الملعب، وعلى اللاعب أن يضرب الريشة ويردها قبل أن تلمس الأرض، بالإضافة إلى السرعة المتولدة من ضرب الريشة مما جعلها أسرع لعبة في ألعاب المضرب، وهي تتطلب القوة البدنية والتحرك الجيد في الملعب كمتطلبات أساسية للنجاح في هذه اللعبة ,وإنها لعبة متقلبة الظروف والإحداث كالاختلافات في الشده والجهد من لحظه إلى أخرى، والتقاطع والتناوب في بذله وعدم الاستمرارية في العمل وذات

مراحل راحة مفيدة، كما أنها تتميز بالحركات الفجائية السريعة كالدوران والوثب والضرب وهذا يتطلب وبشكل كبير العناصر المهارية والخططية والبدنية .(الشافعي، 2000) .

ثانياً: لعبة الاسكواش:

منذ القدم والناس يمارسون ألعابا يستخدم فيها ضرب الكرة سواء باليد أو بمضارب ذات إشكال متعددة ولاكن لا تتوفر حقائق مؤكدة عن بداية الاسكواش كإحدى رياضات الكرة والمضرب، حيث يعتقد المؤرخين أن الأصل الثقافي للعبة غير محدد بدقة، بينما يؤكد البعض أن اللعبة إنجليزية الأصل تم ابتكارها من أحدى سجون لندن بانجلترا، حيث كان السجناء يقضون وقت فراغهم الطويل بضرب كرة بالمضرب باتجاه غرفة السجن وكانوا يستعملون كرة خفيفة لينة .(الشافعي,2000)

وفي القرن التاسع عشر بدأت بناية الملاعب وانتشرت اللعبة في المدارس البريطانية وأشهرها مدرسة هارو (Harrow) في لندن حوالي عام 1822م، وفي المراحل المبكرة من اللعبة كان هناك القليل من التحدد وكانت الكره ناعمة في ملعب عرضة 21قدما ,بينما أمريكا الشمالية تلعب بكرة صلبة في ملعب أضيق ولكن شيوع اللعبة وكثرة استخدام الكرات الناعمة أعطى اللعبة شعبية وانتشاراً .

ولقد اشتهرت لعبة الاسكواش في مجالات أخرى في أندية غرب لندن وفي الجيش حيث بدأ يمارسها جنود الجيش البريطاني لكسر روتين حياة المعسكرات حيث تم بناء عدة ملاعب لضباط الجيش وعن طريق هؤلاء انتقلت إلى الدول التي كانت تحت الانتداب البريطاني ومصر وباكستان والهند واستراليا .

ولقد زاد من شعبية اللعبة كونها سهلة الممارسة مقارنة بالألعاب الفردية الأخرى كما يمكن ممارستها في كافة فصول العام وعلى مدار ساعات اليوم وهو ما أتاحته الملاعب الحديثة المكيفة بالهواء والمضاءة بالأنوار الكهربائية ليلا ونهارا .

تتميز لعبة الاسكواش عن سائر ألعاب المضرب بعدد من الحقائق ولعل من أهمها تلك المتعة المميزة التي يستشعرها لاعبوها، فهي تتميز بالتحدي المباشر وتتطلب اليقظة والحرص والتوقع، فضلا عن أنها من أسهل الطرق لاكتساب اللياقة البدنية وضبط الوزن لكلا الجنسين. (الشافعي,2000)

ثالثاً: لعبة التنس:

لقد نشأت رياضة التنس في انجلترا عام 1873م ويرجع الفضل في نشأتها إلى الميجور والتر ونجفيلد (Majour Walter Wingfield) .و يرجع أصل نشأة التنس إلى قدامى المصريين أو الفرس، حيث كانت الكرة تلعب باليد منذ حوالي 500 سنة قبل الميلاد . ثم انتشرت بعد ذلك إلى اليونانيين والرومانيين القدماء, وانتقلت بعد ذلك إلى انجلترا وفرنسا ثم إلى دول أخرى. حيث كانت لعبة التنس قديما مقتصرة على الطبقة الأرستقراطية . وكان نبلاء وملوك فرنسا (أثناء حكم شارل الخامس) وانجلترا (أثناء حكم هنري الثالث) يمارسونها بشغف كبير وصارت رياضة محبوبة ومفضلة وانتشرت بسرعة فائقة خاصة بين أفراد الجيش. (الين وديع، 1986)

و تطورت هذه اللعبة تدريجيا حتى أصبحت بصورتها الحالية من فن في الأداء وتنوع في الخطط وسرعة في اللعب مما جعلها أكثر متعة خاصة فيما يتعلق باللعب الزوجي . وتعتبر أهم المباريات الدولية التي تقام سنويا في هذه الرياضة هي (دورة ويمبلدون, دورة الولايات

المتحدة, دورة كأس ديفيس, ودورة استراليا) وأقدم هذه المباريات هي دورة ويمبلدون حيث تتضمها انجلترا سنويا منذ عام 1877 م فيما عدا أثناء فترتي الحرب العالمية الأولى والثانية .

وتتميز لعبة التنس كنشاط قوي تساهم في رفع مستوى اللياقة البدنية لممارسيها كما ترقى بسلوكهم، ولا تقل شاناً عن أي رياضة تنافسية أخرى لما تحتاجه من متطلبات بدنية ومهارية وخططية ,كما يلزم اللاعب قدرة من الشجاعة وقوة الملاحظة والانتباه . بالإضافة إلى القدرة على ضبط النفس في جميع الظروف المحيطة به، وهي لعبة ذات آداب وتقاليد معينة وأي تصرف غير لائق من أي لاعب يعتبر شيئاً غير مستحب . (الشافعي ,2000)

رابعاً: لعبة كرة الطاولة :

تعتبر لعبة كرة الطاولة من الرياضات المفضلة لدى العديد من الأشخاص ويرجع ذلك إلى البساطة في قواعد لعبها، بالإضافة إلى سهولة أدواتها ورخصها ولقد أحدثت كرتها السيلولوزية المفرغة الخفيفة ثورة وانقلابا في اللعبة ميزها بالشدة والقوة الدافعة والسرعة الرائعة بالإضافة إلى الدقة المتناهية كما أن نوعية المطاط المغطى للمضرب قد أضاف دورانا وتحكما في الكرة مما جعلها لعبة أكثر سحرا .(الين وعز الدين ,2002)

وإنها لعبة شعبية تتلاءم بدنيا ونفسياً مع كل سن وجنس ,فهي لعبة سهلة يمكن لكل فرد أن يتعلما وان يمارسها في غير مشقة ,وتكسبنا هذه اللعبة فوائد جسمانية متعددة ,فهي تساعد على مرونة الجسم وترفع من كفائه الاجهزية الحيوية، وترقى بالتوافق العضلي العصبي وخاصة بين السمع والبصر وعضلات الذراعيين والرجلين، ومن مميزات هذه اللعبة كذلك أنها تساعد على تركيز الانتباه وتزيد القدرة على التلبية وتسرع من ردود الأفعال واتخاذ قرارات سريعة وفق ما يتطلبه الموقف، وهذا يمدنا بمهارات تفيدنا في حياتنا اليومية فضلاً عن فوائدها

الترويحية وإذ تبعث على السرور وتجدد الحيوية والنشاط وتحقق حتى لمـن يـشاهدنا متعـة واستشاره حسية كبيرة.

وقد لاقت هذه اللعبة إقبالا عظيماً وأصبحت رياضة للجميع لسهولة ممارستها ولتـوفير أدواتها، فهي تمارس في أي مكان به مساحة تستوعب طاولة اللعب، حتى انه لا يكـاد يخلـو نادي أو مؤسسة أو مدرسة من منضدة أو أكثر لممارسة اللعبة ,فهي في الواقع لعبة كل سـن وجنس وطبقة بل أنها لعبة كل وقت ومكان .

حيث أصبحت تنس الطاولة الآن تتطلب درجة عالية من اللياقة الهوائيـة واللاهوائيـة والعضلية كي تتمشى مع سرعة اللعب وقوته ودقته كما تستلزم درجة عالية أيضا من التركيز والكفاح والإصرار على النجاح كي تتناسب مع فنون خططها التي وصلت إلى درجة عالية من الكفاءة والبراعة .(الين وعز الدين ,2002)

ثانياً: الدراسات السابقة

قام الحايك (2003) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثـر اسـتخدام أسـلوب التعلـيم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة لدى طلبة وطالبات كلية التربية الرياضية واتجاهاتهم نحو كرة السلة . ولتحقيق ذلك تم اختيار عينة الدراسة والمكونة من 49 طالبا (18 طالبا و31 طالبة) من المسجلين في مساق كرة السلة (1) . وقد تم استخدام أسلوب التعليم التعاوني لمدة ثمانية أسابيع ، مع المجموعة التجريبية . ثم استخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات . ودلت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية على مقياس مفهوم الذات (بأبعـاده الثلاثـة : البدنيـة والشخصية والاجتماعية) وعلى مفهوم الذات الكلي .

وقام باكير (2001) بدراسة هدفت للتعرف إلى مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم في الأردن ، وكذلك التعرف إلى مفهوم الذات تبعا لمتغيرات الخبرة والمؤهل العلمي لدى لاعبي هذه الفرق . تكونت عينة الدراسة مـن (157) لاعبا من لاعبي أندية الفرق الممتازة بكرة القدم ، تم استخدام مقياس تنسي لمفهـوم الـذات ، وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة إلى أن هناك علاقة ايجابية وطرديـة بـين مفهوم الذات والإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم في الأردن، ولـم تظهر الدراسة أي فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات تعزى لمتغيرات الخبرة والمؤهل العلمي لدى أفراد العينة حيث أوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالسمات الشخصية لدى لاعبي كرة القدم وخاصة مفهوم الذات ، حيث أن هذه الدراسة أثبتت أن هناك علاقة دالة بين مفهـوم الذات والإنجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم.

أجرى كل من الفيرمن وستول (Al Fermann & Stool,2000) دراسة هدفت للتعرف على أثر التمرينات البدنية على مفهوم الذات ، وذلك من خلال تجربتين ميدانيتين لمدة ستة شهور، حيث تم توزيع أفراد العينة على التجربتين. فقد تكونت التجربة الأولى من مجموعتين الأولى تجريبية وبلغ عددهم 39 (11 من الذكور، و28 من الإناث) ، وكانت المجموعة الثانية الضابطة حيث تكونت من 24 (13 من الذكور و11 من الإناث) . أما بالنسبة للتجربة الميدانية الثانية فقد تم تقسيم أفرادها إلى مجموعتين أيضا، الأولى تجريبية وبلغ عدد أفرادها 183 (50 من الذكور، و133 من الإناث) وتكونت المجموعة الضابطة من 93 (24 من الذكور، و69 من الإناث) . وقد تم استخدام استبان مفهوم الذات لجمع البيانات وهو يتكون من 31 فقرة ، حيث تم قياس مفهوم الذات لأفراد العينة قبل وبعد المشاركة في البرنامج وقد أشارت النتائج إلى وجود أثر للبرنامج على تحسن مفهوم الذات وخاصة أفراد المجموعتين التجريبيتين .

قام السكري (2000) بدراسة هدفت للتعرف على اثر برنامج للتدريب بالأثقال لمدة (12) أسبوع على مفهوم الذات للطلبة الرياضيين، على (40) طالبا من طلاب مستوى السنة الثانية بكلية التربية الرياضية بالمدينة المنورة، ثم قسمت العينة إلى قسمين الأولى تجريبية والثانية ضابطة، وخضعت المجموعتان لمقياس مفهوم الذات (مقياس تنسي) ، وخضعت المجموعة التجريبية فقط للبرنامج التدريبي، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات بين مجموعتي الدراسة لصالح المجموعة التجريبية كذلك أدى البرنامج المقترح إلى نمو القوة العضلية للمجموعة التجريبية وتعديل مفهوم الذات ايجابيا لنفس المجموعة.

كما قام الأشقر (2000) بدراسة إلى التعرف على أثر الاشـــتراك فـــي المعـــسكرات الصيفية على مفهوم الذات الجسمية لدى طلبة صفوف الثامن والتاسع والعاشر في المـــدارس الحكومية في محافظة قلقيلية، ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس مـــارش لمفهوم الذات الجسمية الذي تم تعريبه إلى اللغة العربية وتطبيقه من قبل الباحث، وتكونت عينة الدراسة من 6%من مجتمع الدراسة البالغ عددهم 215طالباًوطالبـــه وتـــم اختيـــار الطريقـــة القصدية وتوزيع الطلاب والطالبات إلى مجموعتين واحدة تجريبية والأخرى ضابطة ، ، وبعد تطبيق المقياس استرجع الباحث (246) استبانة كاملة ، بواقع (132) طالبا و(114) طالبة

وتوصلت الدراسة إلى وجود تحسن في مفهوم الذات الجسمية عند أفـــراد المجمـــوعتين التجريبية والضابطة ، ولكن بدرجة أفضل عند أفراد المجموعة التجريبية .

و قام أبو عواد (2000) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين بعض أبعاد مفهوم الذات (البدنية، الاجتماعية، الشخصية) ومركز التحكم ببعديـــه (الـــداخلي والخـــارجي) لـــدى المعاقين حركيا الممارسين للرياضة التنافسية في الأردن، أظهرت الدراسة وجود فـــروق ذات دالة إحصائيا وعلاقة طردية ذات دالة إحصائية وذلك ما بين أبعاد مفهوم الذات المقررة مـــن جهة وما بين مراكز التحكم الداخلي من جهة أخرى وقد كان من نتائج هذه الدراسة التوصـــية بوضع برنامج للإعداد النفسي طويل الأمد وقصير الأمد للأفراد المعاقين حركيا الممارسين .

و أجرى كوسار وآخرون (Kosar & others 1998) دراسة هدفت للتعرف إلى اثر برنامج للرقص الإيقاعي لمدة (8) أسابيع على مفهوم الذات البدني والرضا عن صورة الجسم، حيث تكونت عينة الدراسة من (45) طالبة جامعية، ولقياس مفهوم الـــذات اســـتخدم مقيـــاس Physical self-perception profile (PSPP) وكذلك استخدم مقياس تصور الجـــسم

The Berscbeid, Walster & Bobrnsted Questionnair(BWB) ، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود أثر للبرنامج على مفهوم الذات البدني والرضا عن صورة الجسم.

وفي دراسة ايبك وقبن(Ebbeck & Gibbons,1998) هدفت للتعـرف إلـى أثـر برنامج التحديات البدنية فـي بنـاء الفريـق Team Building Through Physical Challenges Program (TBPC) على مفهوم الذات ، تكونت عينة الدراسة من (58) طالبا و(62) طالبة من صفوف السادس والسابع ، حيث تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) ومن ثم تطبيق البرنامج (TBPC) علـى المجموعـة التجريبيـة بينمـا خضعت المجموعة الضابطة لبرنامج عادي، ولقياس مفهوم الذات اسـتخدم مقيـاس (SPP) Self-Perception Profile، وأشارت النتائج إلى أن أفراد المجموعة التجريبية يتمتعـون بدرجة عالية من مفهوم الذات وأنهم يتمتعون أيضا بكفاءة رياضية وقبول اجتماعي أفضل من أفراد المجموعة الضابطة.

قامت الأدلبي (1998) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى اللياقة البدنية ومفهوم الذات لدى أطفال مؤسسات الأيتام فـي الأردن، وبلغـت عينـة الدراسة (80) طفل (40 إناث- 40 ذكور) من أطفال مؤسسات الأيتام في الأردن حيث مثلت العينة ما نسبته (29.8%) من المجتمع الكلي ، استخدم في الدراسة مقياس مفهوم الذات لبيـر وهاريس كأداة لجمع البيانات ، ودلت النتائج على وجود فروق بين القبلي والبعدي لدى أفـراد المجموعة التجريبية على مفهوم الذات بأبعاده المختلفة.

وفي دراسة لأفري ولينورد (Avary & Leonard, 1997) هدفت للتعرف إلى أثـر برنامج تدريب القوة لمدة (8) أسابيع على مفهوم الذات والفاعلية الذاتية للأطفال. اشتملت عينة الدراسة على (24) من الذكور والإناث ثم قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين الأولى تجريبية

وعددها (15) والثانية ضابطة وتبلغ (9) وتتراوح أعمار أفراد العينة بين (7-12) عاما. وقد استخدم الباحث مقياس مفهوم الذات (the Martinek – Zaichowshy self-concept scale) (MZSCS) للأطفال . وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود أثر للبرنامج على مفهوم الذات والفاعلية الذاتية بينما كان له أثر ايجابي على القوة.

قام كاميل (Kamille,1997) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنـامج تـدريبي للياقة البدنية على عناصر اللياقة البدنية وعلى مفهوم الذات الكلي وكذلك فحصت الدراسة فيما إذا كانت الرغبة تتنبأ بالتغيرات على مفهوم الذات ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة علـى عينـة قوامها (45) ذكور و(17) إناث ممن شاركوا في برنامج لياقة تـدريبي يـشمل : الجـري، وتكوين العضلات ، ونشاطات فردية وجماعية وقد أظهرت نتائج الدراسة حدوث تحسن فـي عناصر القوة والتحمل والمرونة، إضافة إلى أن البرنامج أثر إيجابيا على مفهوم الذات الجسمية عند كلا الجنسين.

وفي دراسة أبو شمه (1995) هدفت إلى التعرف على مستوى مفهوم الذات لدى لاعبي كرة السلة في الأردن ومعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى مفهوم الـذات تبعـا لمتغيرات الجنس، العمر، درجة الممارسة (نادي، منتخب) ، ومراكز اللاعبين فـي الملعـب، وجاءت نتائج الدراسة إلى أن مفهوم الذات جاء بدرجة عالية عند لاعبي ولاعبات أندية الدرجة الأولى لكرة السلة في الأردن، ولم توجد فروق دالة إحصائيا في مفهوم الذات عند لاعبي كرة السلة تعزى لمتغيرات درجة الممارسة (نادي، منتخب) ، ومركز اللعب ومتغير الجنس ومتغير العمر.

وفي دراسة عرابي، البندك، عيسى (1994) هدف إلى التعرف على تـأثير برنـامجي للسباحة على مفهوم الذات عند تلميذات مرحلة التعليم الأساسي في الأردن، كذلك التعرف على

تأثير برنامج للرسم على مفهوم الذات عند تلميذات مرحلة التعليم الأساسي في الأردن وكانت نتائج هذه الدراسة أن برنامج نشاط السباحة لم يحدث نشاطا إيجابيا على مفهوم الذات عند التلميذات في حين كان لبرنامج الرسم تأثيرا إيجابيا على مفهوم الذات وبناء على ذلك جاءت التوصيات منسجمة مع هذه الاستنتاجات من حيث الاهتمام بالإعداد النفسي في المرحلة العمرية قيد الدراسة، واستخدام الوسائل والأساليب المختلفة التي تسهم في زيادة التعرف على الذات وتعزيزها، وأيضا زيادة الوقت المخصص للدورات اللامنهجية التعليمية وذلك للأنشطة المختلفة.

قام محمد العربي شمعون (1994) بدراسة السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضيين لمعرفة الفروق في السمات الانفعالية ومفهوم الذات بين لاعبي الألعاب الفردية والجماعية التنافسية في المستويات العالية والعلاقة بين الذات الجسمية وأبعاد مفهوم الذات على عينة من (233)لاعباً دوليا من لاعبي الأنشطة الفردية والمنازلات واستخدم مقياس لثوماس تاتكو Thomas A. Tutko ومقياس تنسي لمفهوم الذات وأسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين لاعبي الألعاب الفردية والجماعية في أبعاد مفهوم الذات كما يوجد ارتباط دال بين أبعاد مفهوم الذات والذات الجسمية، كما يوجد ارتباط بين أبعاد مفهوم الذات والصفات الانفعالية (ضبط التوتر – الثقة في النفس – الضبط الذاتي) وعدم وجود ارتباط بين (الرغبة، الإصرار، المسؤولية) في أي بعد من أبعاد مفهوم الذات.

أجرى دولين (Dewlen,1991) دراسة هدفت إلى معرفة إثر برنامج للياقة البدنية لمدة (8) أسابيع على التغير في مفهوم الذات لدى مجموعة من الأفراد الذكور المعاقين حركيا بعدد (26) معاق، حيث استخدم الباحث مقياس (تنسي) لمفهوم الذات كأداة دراسة، فيما أشارت

نتائج الدراسة إلى أن هناك تحسنا ذو دلالة إحصائية في مستوى اللياقة البدنية وفي مفهوم الذات لدى الأفراد المعوقين حركيا قيد الدراسة.

و قام الباحث أبو حليمة (1989) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي لمدة (8) أسابيع على مفهوم الذات الجسمية، والشخصية والاجتماعية للرجال متوسطي الأعمار حيث أجريت الدراسة على عينة من رجال المجتمع الأردني والمشتركين في برامج اللياقة البدنية التي تشرف عليها الجامعة الأردنية حيث بلغ عدد أفراد العينة (36) رجل بمتوسط عمر (42) سنة وسبعة أشهر وقد استخدم الباحث استبيان تنسي لمفهوم الذات، وتوصل إلى أن البرنامج يؤثر في الذات الجسمية والاجتماعية ولكنه لا يؤثر في الذات الشخصية.

وفي دراسة جرانة (1984) هدفت للتعرف على مفهوم الذات بين مجموعات في الممارسات للسباحة على مختلف المستويات (المنافسات، والمتقدم، والمتوسط، والمنخفض) وكذلك التعرف إلى الفروق الفردية بين المجموعات في كل بعد من أبعاد المقياس، حيث تكونت عينة الدراسة من (120) طالبة من طالبات الصف الأول بكلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية وتم تقسيم أفراد العينة إلى (4) مجموعات وقد طبق مقياس مفهوم الذات الجسمية الذي صممه علاوي، وقد أشارت النتائج غلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح مجموعتي المنافسات والمتقدم على مجموعتي سباحات المستوى المتوسط والمنخفض في مفهوم الذات الجسمية، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض أبعاد المقياس ولصالح مجموعتي سباحات المنافسات والمتقدمة.

وفي دراسة لفرح ومحمد (1984) وبهدف التعرف إلى أثر ممارسة الأنشطة الترويحية على مفهوم الذات للممارسين وغير الممارسين أجريت الدراسة على (300) طالب من طلاب جامعة عين شمس حيث قسمت العينة إلى مجموعتين الأولى تتكون من (150) طالبا ممارسا

للنشاط الترويحي، والأخرى من (150) طالبا غير ممارسا لها، واستخدم مقياس تنسي لمفهوم الذات ، وأشارت النتائج إلى وجود تباين في أبعاد مفهوم الذات بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية، فالطلبة الذين يمارسون الأنشطة الترويحية يكونون أكثر تقبلا لذاتهم من الطلبة الذين لا يشاركون في هذه الأنشطة الترويحية (أي أنهم يتميزون بأن لديهم اتجاه إيجابي نحو الحياة، وقادرون على التعامل معها وذلك عكس الذين لا يقبلون على هذه الأنشطة.

وفي دراسة وستغوت (Westgott . 1980) حول مدى العلاقة بين الأنشطة الرياضية ومفهوم الذات وتكونت عينة الدراسة من (312) طالبا تم اختيارهم من الصفوف الدراسية لمادة التربية الرياضية في جامعة اكلاهوما، وعينة مشابهة أخرى من صفوف دراسية لمواد أخرى، وقد استخدم الباحث مقياس تنسي لمفهوم الذات والذي على العينة في نهاية الفصل الدراسي، ودلت النتائج على وجود تحسن ملحوظ في مستوى مفهوم الذات لدى العينة التي درست مادة التربية الرياضية مقارنة مع المجموعة الضابطة التي لم تدرس مادة التربية الرياضية.

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة باللغة العربية والأجنبية والتي بلغت (19) دراسة لاحظ الباحث أن عدد من الدراسات هدفت إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي على مفهوم الذات بأنواعه المختلفة مثل دراسة (2003) ودراسة الفيرمن وستول (2000) والسكري (2000) وكوسار وآخرون (1998) وكابل (1997) وأشارت نتائج هذه الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح التجريبية على مقياس مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة.

وقامت دراسات أخرى بالتعرف على مستوى مفهوم الذات لدى مستويات مختلفة من اللاعبين وعلاقته بالإنجاز مثل دراسة باكير (2001) ودراسة أبو شمه (1995) وجرانه (1984) ودراسة فرح ومحمد (1984) ودراسة شمعون(1994) وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية وطردية بين مفهوم الذات ومستوى الأداء وكذلك دافعية الإنجاز.

وقد لاحظ الباحث استخدام مقاييس مختلفة لقياس مفهوم الذات مثل مقياس تنسي (SPP)، و(MZSCS) بالإضافة للاختلاف في منهجية الدراسة فقسم استخدم المنهج الوصفي والقسم الآخر المنهج التجريبي وذلك نظراً لطبيعة الدراسة.

أما بالنسبة لعينات الدراسة فقد تنوعت الدراسات في اختيارها فقد تكونت عينة الدراسات من خلال طالبات مثل دراسة الحايك (2003) والسكري (2001) وجرانه (1984) وكانت هناك بعض العينات من لاعبي ولاعبات الأندية والمنتخبات مثل دراسة باكير (2001) ودراسة أبو شمه (1995) وأبو عواد (2000).

وهناك دراسات اختارت العينة من غير الممارسين للرياضة مثل دراسة الفيرمن وستول (2000) ولافري ولينورد (2000) ودراسة الأشقر (2000) ودراسة فرح ومحمد (1984).

وقد استفاد الباحث من خلال اطلاعه على الدراسات السابقة:

1. استخدام المقياس المناسب للدراسة.
2. التعرف على المنهج المناسب لهذه الدراسة.
3. التعرف على كيفية اختيار عينة الدراسة وحجمها.
4. التعرف على الأساليب الإحصائية التي يمكن أن تستخدم في هذه الدراسة.
5. الاستفادة من الإطار النظري.

ما يميز هذه الدراسة عن الدراسات المرتبطة التي سبق ذكرها :

- أنها تطرقت إلى أربع لعبات فردية مختلفة شملت فئات عمريه مختلفة من لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية الذين يشاركون في البطولات المحلية والعربية والدولية .
- على حد علم الباحث واطلاعه على الدراسات المتعلقة بمفهوم الذات والانجاز الرياضي خاصة بالعاب المضرب أن هذه الدراسة أول دراسة في الأردن تبحث في العاب المضرب كاملة .

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

تناول هذا الفصل وصفاً لمجتمع الدراسة وعينتها والأداء التي استخدمت والإجـراءات اللازمة للتحقق من صدقها وثباتها والإجراءات والطرق الإحصائية التي تم اسـتخدامها فـي تحليل البيانات للإجابة عن تساؤلاتها .

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظرا لملائمته لطبيعة الدراسة .

مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المـضرب المسجلين للموسم (2007م) وكان عددهم (80) لاعبا ولاعبة, موزعين على أربع منتخبـات (منتخب الريشة الطائرة, منتخب السكواش، منتخب التنس، منتخب كرة الطاولة).

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية لجميع اللاعبين واللاعبات البـالغ عـددهم (80)لاعبا ولاعبة المعتمدين رسمياً ضمن كشوفات الاتحادات الأردنية لألعاب المضرب الذين ينخرطون في التدريب والمعسكرات لتمثيل الأردن في البطولات العربيـة والدوليـة لموسـم (2007) ، والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة على متغيرات الجنس ونوع اللعبة والفئـة العمرية ، عدد سنوات اللعب ، وعدد سنوات اللعب مع المنتخب.

جدول رقم(1)

توزيع أفراد عينة الدراسة على متغيرات نوع اللعبة، الفئة العمرية، الجنس، عدد سنوات اللعب، عدد سنوات اللعب مع المنتخب

اللعبة	الفئة العمرية	الجنس	العدد	النسبة المئوية	متوسط عدد سنوات اللعب	متوسط عدد سنوات اللعب مع المنتخب
ريشة طائرة	تحت سن 18	ذكر	5	%6.25	6.00	2.00
		انثى	5	%6.25	2.40	1.40
	فوق 18 سنة	ذكر	5	%6.25	9.20	6.20
		انثى	5	%6.25	7.00	4.00
سكواش	تحت سن 18	ذكر	5	%6.25	3.40	2.00
		انثى	5	%6.25	2.60	1.60
	فوق 18 سنة	ذكر	5	%6.25	9.20	6.00
		انثى	5	%6.25	6.20	3.60
تنس	تحت سن 18	ذكر	5	%6.25	7.40	3.10
		انثى	5	%6.25	2.90	2.50
	فوق 18 سنة	ذكر	5	%6.25	3.20	4.00
		انثى	5	%6.25	2.50	4.10
كرة طاولة	تحت سن 18	ذكر	5	%6.25	9.40	4.50
		انثى	5	%6.25	7.20	2.10
	فوق 18 سنة	ذكر	5	%6.25	12.40	10.40
		انثى	5	%6.25	8.80	5.00

يظهر من الجدول رقم (1) أن عينة الدراسة توزعت على متغيرات نوع اللعبة والفئة العمرية والجنس حيث بلغت (5) لكل فئة من الفئات الفرعية لجميع المتغيرات، وكانت النسبة المئوية (25%) لكل منهما، وبلغ مجموع متوسط عدد سنوات اللعب (99.4)، وبلغ متوسط عدد سنوات اللعب مع المنتخب (62.9).

أما فيما يتعلق بمستوى الإنجاز للاعبين على المستوى (المحلي، الوطني، الدولي) فالنسبة المئوية تظهر مستوى الإنجاز، والجدول رقم (2) يبين ذلك.

جدول رقم (2)

توزيع أفراد عينة الدراسة على متغير مستوى الانجاز

مستوى الانجاز	العدد	النسبة المئوية
المحلي	32	%40.0
الوطني	27	%33.8
الدولي	21	%26.3
المجموع	80	%100

يظهر من الجدول رقم (2) أن أعلى تكرار لمتغير مستوى الإنجاز المحلي بلغ (32) وبنسبة مئوية بلغت (40%)، ثم جاء مستوى الانجاز الوطني بتكرار (27) وبنسبة مئوية (33.8 %) وكان أقل تكرار لمستوى الانجاز الدولي وبلغ (21) بنسبة مئوية (26.3%).

أداة الدراسة :

استخدم الباحث مقياس تنسي (Tennessee) لمفهوم الذات، حيث وضع هذا المقياس قسم الصحة النفسية لولاية تنسي عام 1955 في أمريكا، وتم تطويره في شكله الحالي من قبل وليم فتنسي 1965 واعد صورته للعربية علاوي وشمعون عام 1978, علاوي عام 1987، وتكون المقياس من (100) عبارة وصفية ويشتمل على 9 أبعاد للذات وهي :-

1. **الذات الواقعية** (Actual Self) . **الذات الواقعية:** هي التي يصف بها الفرد ذاته الواقعية وماذا يكون كما يرى نفسه.
2. **تقبل الذات** (Self Satisfaction) . وهي الصورة التي يصف بها الفرد ذاته كما يدركها والتي تعبر عن مستوى الرضا الذاتي
3. **الذات الإدراكية** (Self Perception) . وهي إدراك الفرد لذاته وسلوكه الخاص .
4. **الذات البدنية** (Physical Self) . وهي فكرة الفرد عن جسمه وحالته الصحية ومظهره الخارجي ومهاراته وجنسه

5. **الذات الأخلاقية (Moral –Ethical Self)** . وتعبر عن وصف الذات من جهة نظراً للإطار المرجعي الأخلاقي والقيم الخلقية الحميدة وإحساس الفرد بوجوده من حيث أنه شخص حسن أو سيء والعلاقة مع الله

6. **الذات الشخصية (Personal Self)** . وهي إحساس الشخص بقيمته الشخصية (قيمة الذات) ومدى إحساسه بكفاءته أو صلاحيته كفرد وتقييمه لشخصيته بعيداً عن جسمه أو علاقته بالآخرين.

7. **الذات الأسرية (Family Self)**. هي إحساس الفرد بقيمته كعضو في أسرة.

8. **الذات الاجتماعية (Social Self)**. وهي مقياس للذات وعلاقتهما بالآخرين ولكن بطريقة أكثر عمومية وتعكس الشعور بالصلاحية وقيمة الفرد في تفاعلاته في الآخرين بشكل عام.

9. **نقد الذات (Self Criticism)** . هي قدرة الفرد على إدراك مواطن الضعف في نفسه.

ويتكون سلم الإجابة للمقياس من خمسة احتمالات للإجابة هي :

ينطبق علي تماماً (5 درجات)، ينطبق علي غالباُ(4 درجات)، ينطبق علي أحيانا ولا ينطبق علي أحيانا أخرى (3 درجات)، ولا ينطبق علي غالباً (2 درجات) درجتين، لا ينطبق علي تماماً (1 درجة) للفقرات الإيجابية، بينما تم عكس تطبيق سلم الإجابة للفقرات السلبية بحيث تأخذ الإجابة ينطبق علي تماماً (1 درجة)، ينطبق علي غالباً (2 درجات)، ينطبق علي أحياناً ولا ينطبق علي أحياناً أخرى (3 درجات)، لا ينطبق علي غالباً (4 درجات)، ولا ينطبق علي تماماً (5 درجات). وفقرات المقياس تم صياغتها بطريقة ايجابية وسلبية :

والفقرات السلبية هي :

(4, 5, 6, 10، ,12,11، 16، 17، 18، 22، 23, 24، 28، 29، 30، 34، 35، 36، 40، 41، 42، 46، 47، 48، 52، 53، 54، 58، 59، 60، 64، 65، 66، 70، 71، 72، 76، 77، 78، 82، 83، 84، 88، 89، 90)

بينما الفقرات الايجابية هي :

(1، 2, 3 ,7، 8، 9، 13، 14، 15، 19 20، 21، 25، 26، 27، 31، 32، 33، 37، 38، 39، 43، 44، 45، 49، 50، 51، 55، 56، 57، 61، 62، 63، 67، 68، 69، 73، 74، 75،، 79، 80، 81، 85، 86، 87، 91، 92، 93، 94 ,95, 96، 97، 98، 99 ,100) .

ويشتمل المقياس تصنيف العبارات إلى مجموعتين : المجموعة الأولى تشمل ثلاثة إبعاد هي: الذات الواقعية، تقبل الذات، الذات الإدراكية، وهي في مجموعتها تمثل إطارا مرجعياً داخلياً عن الطريقة التي يصف بها الفرد نفسه .

المجموعة الثانية تشمل خمسة إبعاد هي :الذات الجسمية ,الذات الأخلاقية، الذات الاسريه ,الذات الاجتماعية ,الذات الشخصية، وهي تمثل إطارا مرجعياً خارجياً وأضيفت لها مقياس نقد الذات المأخوذ من اختبار منتوسا المتعدد الأوجه للشخصية والتي تشمل 10 عبارات (Fitts,1965).

وتم تصحيح مقياس مفهوم الذات على النحو التالي :

التصحيح:

- تم جمع الأعمدة الرأسية لاستخراج: الذات البدنية، الذات الأخلاقية، الذات الشخصية، الذات الأسرية، الذات الاجتماعية، نقد الذات

- تم الجمع الطولي لاستخراج:

الذات الواقعية، تقبل الذات، الذات الإدراكية.

الجمع الطولي يتم دون جمع نقد الذات (علاوي، 1998، ص167،166)

كما تم الاعتماد على المعيار التالي في الحكم على مستوى مفهوم الذات لدى إجابات عينة الدراسة .

الدرجة	المستوى
1,80-1	ضعيف جداً
2.61-1.81	ضعيف
3.42-2.62	متوسط
4,23-3.43	عالي
5-4,24	عالي جداً

صدق وثبات أداة القياس :

أولا : صدق أداة القياس .

يعتبر مقياس تنسي من المقاييس التي سبق إن استخرج معامل الصدق له في بيئات متعددة مثل البيئة المصرية والسعودية بينما تم تطبيقه على البيئة الأردنية من قبل أبو حليمة (1986) وباكير (2001)، وقد قام الباحث باستخراج معامل الصدق لهذه الدراسة باستخدام صدق التمايز وبلغ (0.86).

ثانيا : ثبات أداة الدراسة .

بغرض التأكد من ثبات أداة الدراسة قام الباحث بحساب معامل الثبات لكل مجال من مجالات أداة الدراسة باستخدام أسلوب كرونباخ ألفا (Cronback Alpha) على عينة من خارج أفراد عينة الدراسة بلغ عددهم (15) لاعب ولاعبة.

بفارق زمني أسبوعين بين التطبيق الأول والثاني ويتراوح معامل الاستقراء ما بين (0,81 -0,96)، الجدول رقم (3) يوضح ذلك.

جدول رقم (3)

معاملات الثبات لأداة الدراسة

الرقم	المجال	قيمة كرومباخ ألفا
1	الذات الواقعية	0.81
2	تقبل الذات	0.86
3	الذات الإدراكية	0.84
4	الذات البدنية	0.87
5	الذات الأخلاقية	0.93
6	الذات الشخصية	0.96
7	الذات الأسرية	0.86
8	الذات الاجتماعية	0.82
9	نقد الذات	0.85
	الأداة ككل	0.91

يظهر من الجدول رقم (3) أن قيمة ألفا تراوحت بين (0.81-0.96) لمجالات الدراسة وهي قيم عالية وتعبّر عن درجة ثبات مقبولة لأغراض الدراسة. كما بلغت قيمة ألفا للأداة ككل (0.91) وهي قيمة كبيرة تدل على درجة ثبات عالية لأداة الدراسة.

إجراءات تطبيق الدراسة :

بعد أن تم اختيار عينة الدراسة من لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب (الريشة الطائرة، السكواش، التنس، كرة الطاولة)، قام الباحث بإتباع الإجراءات التالية:

1. إرسال كتاب من عمادة كلية التربية الرياضية إلى رئاسة جامعة اليرموك بشأن مخاطبة الاتحادات الأردنية المعنية في الدراسة بتطبيق الاستبيان لاستكمال متطلبات الحصول على الماجستير في التربية الرياضية والملحق رقم (1) يوضح ذلك.

2. تم إرسال كتاب من رئاسة الجامعة إلى الاتحادات الأردنية (الريشة الطائرة، السكواش، التنس، كرة الطاولة) لتسهيل مهمة الباحث، ملحق رقم (2) يوضح ذلك.
3. قامت الاتحادات بمخاطبة اللجان الفنية والمدربين العاملين لديهم لتسهيل مهمة الباحث بتطبيق الاستبيان بموافقة اللاعبين واللاعبات.
4. قام الباحث بزيارة ميدانية إلى مواقع تدريب المنتخبات المعنية وتم التنسيق مع المدربين والإداريين بمواعيد التي يمكن توزيع فيها الاستبيان.
5. قام الباحث بتوضيح أهمية إجراء الدراسة على إفراد العينة حيث تم توضيح كيفية تعبئة الاستبيان وتم توزيع الاستبيان على جميع لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية في أماكن تدريبهم بالمواعيد التي تم الاتفاق عليها وبإشراف الباحث وذلك خلال الفترة ما بين 2007/9/1 ولغاية 2007/9/25.
6. قام الباحث بتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً.

متغيرات الدراسة:

تشمل هذه الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة التالية:

أ. **المتغيرات المستقلة :**

مفهوم الذات .

ب. **المتغيرات التابعة :**

الانجاز الرياضي .

ج. **المتغيرات الوسطية :**

- **العمر** وله فئتان: (تحت سن 18سنة) و(أكثر من 18 سنة).
- **الجنس** وله فئتان: ذكر، أنثى.

- اسم **اللعبة** وله أربع فئات: (ريشة طائرة، سكواش، تنس، كرة الطاولة).
- **عدد سنوات ممارسة اللعبة.**
- **عدد سنوات الممارسة للعبة في المنتخب.**
- **تصنيفك على المستوى** وله ثلاث مستويات: المحلي، الوطني، الدولي.

المعالجات الإحصائية :

من اجل الإجابة على تساؤلات الدراسة استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسطات الحسابية .
- النسب المئوية .
- الانحراف المعياري .
- اختبار "ت".
- تحليل التباين الأحادي .
- اختبار شيفيه للمقارنات البعدية.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

يتضمن هذا الفصل عرض نتائج الدراسة ومناقشتها التي هدفت إلى معرفة مفهوم الذات وعلاقته بالانجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب، وسيتم عرض النتائج بالاعتماد على أسئلة الدراسة.

السؤال الأول: ما هي نظرة اللاعبين واللاعبات نحو مفهوم الذات؟

للإجابة عن السؤال الأول تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مفهوم الذات، والمجموع الكلي لهما، جدول رقم (4) يوضح ذلك.

الجدول رقم(4)

المتوسطات الحسابية الموزونة والانحرافات المعيارية لمجالات مفهوم الذات والمجموع الكلي لهما

العدد	المجال	المتوسط الحسابي الموزون	الانحراف المعياري
1	الذات الواقعية	3.18	0.68
2	تقبل الذات	2.89	0.77
3	الذات الإدراكية	2.98	0.89
4	الذات البدنية	3.09	0.45
5	الذات الأخلاقية	3.32	0.63
6	الذات الشخصية	2.87	0.91
7	الذات الأسرية	3.16	0.78
8	الذات الاجتماعية	2.82	0.58
9	نقد الذات	2.74	0.97
10	المجموع	3.02	0.56

يظهر من الجدول رقم (4) أن المتوسط الحسابي الموزون لمجالات مفهوم الذات تراوحت بين (2.74– 3.32) وهي متوسطات حسابية تعبر عن درجة متوسطة في مفهوم الذات، وبلغ أعلى متوسط حسابي موزون لمجال الذات الأخلاقية (3.32)، بينما بلغ أدنى

متوسط حسابي الموزون لمجال نقد الذات (2.74). أما المتوسط الحسابي النسبي للمجموع الكلي بلغ (3.02) وهو متوسط يعبر عن درجة متوسطة في مفهوم الذات.

يظهر مما سبق أن مستوى مفهوم الذات جاء بدرجة متوسطة مما يعني أن مستوى مفهوم الذات لدى اللاعبين يتجه نحو الوسط مما يقتضي رفع هذا المفهوم إلى درجة أعلى ويرى الباحث السبب إلى أن المسؤوليات الواسعة التي تقع على لاعبي المضرب من تحمل المسؤولية وأعباء الحياة المختلفة، بالإضافة إلى العادات والتقاليد الى تفرض على اللاعبات نوعا من القيود التي لا تتيح المجال الكافي لها لممارسة الأنشطة كما يعزى السبب في ذلك إلى خبرات النجاح والفشل لدى اللاعبين أثناء ممارستهم الألعاب المختلفة، حيث أن خبرات النجاح تؤدي إلى تكوين مفهوم ذات إيجابي وعالي لدى اللاعبين واللاعبات وخبرات الفشل تؤدي إلى تكوين مفهوم ذات متدني لدى اللاعبين واللاعبات، وبناء على أن عينة اللاعبين المختارة فإنهم جميعهم من ذوي المستوى المحلي أو الدولي أو الوطني وبالتالي خضعوا للمنافسات على اختلاف نتائجها الناجحة أو الفاشلة وهذا أدى إلى اعتدال مفهوم الذات لديهم في جميع المجالات والمجموع الكلي لمفهوم الذات.

وتجدر الإشارة إلى أن أعلى متوسط حسابي لمفهوم الذات كان على مجال الذات الأخلاقية بمتوسط حسابي (3.32)، وهذا يدل على التزام عينة الدراسة من اللاعبين بالمعايير الأخلاقية والعادات والتقاليد المتعارف عليها ليسهل تقبلهم داخل فريق اللعب ويشكلوا إجماع من قبل الآخرين للحصول على التقدير والقيم الشخصية، أما أدنى متوسط حسابي فكان لمجال نقد الذات حيث بلغ (2.74)، وهذا يدل على أن اللاعبين لديهم مفهوم ذات متدني باتجاه نقد ذواتهم حيث أن هذا التوجه يكون من شخصيات أخرى محيطة باللاعبين مثل المدرب وبعض

المشجعين للعبة الذي يلعب بها، وبالتالي فإنه يكون مجال نقد الذات بناء على آراء الأشخاص المحيطين عن أدائه في اللعبة أو سلوكه بشكل عام.

وقد أشارت عدد من الدراسات إلى ضرورة وجود برامج تدريبية للاعبين الرياضيين لما لها من أثر على تحسين ورفع مستوى مفهوم الذات مما يؤدي لرفع كفاءتهم الرياضية وقبولهم الاجتماعي، مثل دراسة السكري (2000)، ودراسة ايبك وقبن (Ebbeck & Gibbbons, 1998)، ودراسة الأدلبي (1998).

وفيما يلي عرض المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع فقرات كل مجال من مجالات مقياس مفهوم الذات كل على حدة :

- **مجال الذات الواقعية.**

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال الذات الواقعية والمجموع الكلي لهما، جدول (5) يوضح ذلك.

جدول رقم (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال الذات الواقعية لمفهوم الذات مرتبة تنازليا حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
1	أمتلك جسما سليما	4.60	0.54	1
5	أنا مثقل بالأوجاع والآلام	4.48	0.74	2
7	أنا شخص مهذّب	4.35	0.90	3
22	أنا فاشل أخلاقيا	4.25	1.02	4
28	أنا غير محبوب من أسرتي	4.08	1.23	5
2	أنا شخص جذّاب	4.075	0.72	6
6	أنا شخص مريض	3.87	1.23	7
30	أنا مشهور بين النساء	3.76	1.29	8
29	أشعر أنّ أسرتي لا تثق بي	3.70	1.35	9
23	أنا شخص ضعيف من الناحية الأخلاقية	3.65	1.35	10
10	أنا شخص مرح	3.62	1.26	11
16	أنا شخص ودود	3.61	1.01	12
24	لدي قدر من ضبط النفس	3.45	1.48	13
19	لا أقول الصدق دائما	3.42	1.19	14
8	أنا شخص أمين	3.37	1.57	15
26	أفقد أعصابي	3.30	1.44	16
4	أحب أن أبدو وسيما وأنيقا في كلّ الأوقات	3.20	1.53	17
15	أصدقائي لا يثقون بي	3.16	1.39	18
17	أنا مشهور بين الرجال	3.12	1.08	19
34	أحيانا عندما أكون على ما يرام ينتابني الضيق	2.91	1.45	20
9	أنا شخص سيء	2.85	1.41	21
18	لا أهتمّ بما يفعله الآخرون	2.79	1.31	22
12	أنا لا شيء	2.73	1.63	23
27	أنا شخص مهم بالنسبة لأصدقائي وأسرتي	2.71	1.74	24
33	أحيانا أفكّر في أشياء سيئة جدا لا يصح الحديث عنها	2.67	1.46	25
11	أنا شخص هادئ وسلس	2.65	1.45	26
14	أنا عضو في أسرة سعيدة	2.60	1.75	27
20	يعتريني الغضب دائما	2.60	1.46	27
25	أنا شخص حقود	2.52	1.33	29
21	أنا شخص متديّن	2.46	1.39	30
3	أعتبر نفسي شخصا عاطفيا	2.13	1.00	31
32	من الصعب مصادقتي	1.92	1.11	32
31	أنا غاضب من العالم كلّه	1.77	1.00	33
13	لدي أسرة تساعدني دائما في أي نوع من المشاكل	1.76	1.00	34
المجموع الكلي/ الذات الواقعية		3.18	1.66	

يظهر من الجدول رقم(5) أن أعلى متوسط حسابي بلغ (4.60) للفقرة (1) والتي تنص على "أمتلك جسما سليما "، ثم بلغ المتوسط الحسابي (4.48) لرقم الفقرة (5) والتي تنص " أنا مثقل بالأوجاع والآلام "، وبلغ المتوسط الحسابي (4.35) لرقم الفقرة (7) والتي تنص " أنا شخص مهذّب "، بينما أدنى متوسط حسابي بلغ (1.76) للفقرة رقم (13) والتي تنص على " لدي أسرة تساعدني دائما في أي نوع من المشاكل ".

أما المجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لمجال الذات الواقعية بلغ (3.18) وهو متوسط حسابي يعبر عن درجة متوسطة في مفهوم الذات الواقعية.

يظهر مما سبق أن مستوى مفهوم الذات الواقعية لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب كان متوسطاً، حيث يعبر مفهوم الذات عن فكرة الشخص عن نفسه وتقييمه لخصائصه الشخصية واتجاهاته ووضعه الاجتماعي، كما تمثل صورة الجسم أهمية كبيرة بالنسبة لصورة الفرد عن ذاته ومفهومه عنها مثل شعوره بامتلاكه جسماً سليماً، وظهوره بمظهر وسيم وأنيق في كلّ الأوقات، كذلك رأيه بأنه شخص مهذّب وجذّاب، كما أن للأسرة دور كبير في تكوين مفهوم الذات لدى الأفراد, حيث تقوم الأسرة بالتنشئة الاجتماعية للطفل وتوفر الرعاية الشاملة له, ومن خلالها تنعكس نظرتها على سلوك الطفل وتصرفاته وقد تعزى هذه النتيجة إلى إن الذات الواقعية تدل على الواقع الذي يعيشه اللاعبون في الأردن (ذكورا، إناث) وخاصة بما ينتابه من مصاعب.

وقد أشارت عدد من الدراسات إلى أن اشتراك اللاعبين في المعسكرات الصيفية تحسن في مفهوم الذات والذات الواقعية إيجابيا عندهم مثل دراسة الأشقر (2000)، ودراسة السكري (2000) .

- **مجال تقبل الذات.**

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال تقبل الذات والمجموع الكلي لهما، جدول (6) يوضح ذلك

جدول رقم(6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال تقبل الذات مرتبة تنازليا حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
4	أنا راضي عن سلوكي الأخلاقي	4.30	0.94	1
11	أفهم أسرتي تماما كما يجب علي أن أكون	4.06	0.94	2
5	أنا راضي عن صلتي بالله	4.01	0.97	3
27	أعامل والداي كما يجب علي معاملتهما	3.97	0.91	4
10	أنا راضي عن علاقتي الأسرية	3.82	1.14	5
25	أنا لست الشخص الذي أود أن أكون	3.41	1.45	6
28	أنا حساس جدا لما تقوله أسرتي	3.36	1.13	7
19	لا أشعر أنني على ما يرام كما يجب	3.33	1.21	8
29	يجب أن أحب أسرتي أكثر من ذلك	3.26	1.20	9
21	أنا متدين كما أريد أن أكون	3.13	1.21	10
20	يجب أن يكون لدي جاذبية أكثر	3.11	1.12	11
32	ينبغي أن أتعامل بصورة أفضل مع الآخرين	3.10	1.29	12
31	يجب أن أكون أكثر أدبا بالنسبة للآخرين	3.08	1.31	13
22	بودي أن أكون جدير بالثقة أكثر من ذلك	2.93	1.38	14
34	أشعر أحيانا برغبة في السب	2.87	1.48	15
6	ينبغي أن أذهب إلى الجامع(الكنيسة9 أكثر من ذلك	2.81	1.12	16
26	أرغب في ألا استسلم بسهولة كما أفعل	2.81	1.38	16
33	أروج الشائعات قليلا في بعض الأحيان	2.80	1.37	18
23	لا يجب أن أقول مثل هذه الأكاذيب الكثيرة	2.78	1.39	19
16	لا أحب كل من أعرفهم	2.70	1.22	20
12	يجب علي أن أثق بأسرتي أكثر من ذلك	2.68	1.20	21
17	أضحك أحيانا من النكت التي تخرج عن حدود اللياقة	2.62	1.19	22
24	أنا أنيق كما أود أن أكون	2.60	1.28	23
14	أحاول أن أراضي الآخرين ولكنني لا أبالغ في ذلك	2.51	1.01	24
18	لست طويلا جدا أو قصيرا جدا	2.41	1.00	25
2	أحب مظهري أن يكون بنفس الطريقة التي هو عليها	2.38	1.11	26
3	بودي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي	2.37	1.41	27
8	أنا لطيف تماما كما يجب علي أن أكون	2.31	1.32	28
30	أنا راضي عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين	2.31	1.21	28
13	أنا اجتماعي كما أود أن أكون	2.30	1.18	30
15	لست صالحا إطلاقا من وجهة النظر الاجتماعية	2.16	1.08	31
1	لست بدينا جدا أو نحيفا جدا	2.07	1.00	32
7	أنا راضي بأن أكون كما أنا تماما	2.03	0.98	33
9	أحتقر نفسي	1.88	1.25	34
المجموع الكلي/تقبل الذات		2.89	1.41	

يظهر من الجدول رقم(6) أن أعلى متوسط حسابي بلغ (4.30) للفقرة (4) والتي تنص على " أنا راضي عن سلوكي الأخلاقي "، ثم بلغ المتوسط الحسابي (4.06) لرقم الفقرة (11) والتي تنص " أفهم أسرتي تماما كما يجب علي أن أكون "، وبلغ المتوسط الحسابي (4.01) لرقم الفقرة (5) والتي تنص " أنا راضي عن صلتي بالله"، بينما أدنى متوسط حسابي بلغ (1.88) للفقرة رقم (9) والتي تنص على " أحتقر نفسي".

أما المجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لتقبل الذات بلغ (2.89) وهو متوسط يعبر عن درجة متوسطة في مجال تقبل الذات.

يظهر مما سبق أن مستوى مفهوم تقبل الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب كان متوسطاً، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن للذات الأهمية الكبرى في حياة الفرد وان لكل فرد ذاته الخاصة التي يحافظ عليها ويحاول التمتع بها، حيث أن الأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه ويصف بها ذاته, هي نتاج أنماط التنشئة الأسرية والاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وأساليب الثواب والعقاب, ولعل أهم هذه المصادر أساليب التنشئة الأسرية، كما أن الخصائص الجسمية للشخص لها دور في تقبل الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب.

- **مجال الذات الإدراكية.**

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات هذا المجال والمجموع الكلي لهما، جدول (7) يوضح ذلك

جدول رقم(7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال الذات الإدراكية مرتبة تنازليا حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
11	أشعر باهتمام حقيقي نحو أسرتي	4.10	0.89	1
26	أقوم بأداء نصيبي من العمل	4.10	1.08	1
13	أحاول أن أفهم وجهة نظر الزملاء الآخرين	3.90	0.93	3
28	لا أتصرف بالطريقة التي ترى أسرتي أنه يجب علي أن أتصرف بها	3.90	1.16	3
7	أستطيع دائما العناية بنفسي في أي وقت	3.86	0.89	5
22	أجد صعوبة في أن أفعل ما هو صحيح	3.86	0.97	5
1	اعتني بنفسي جيدا من الناحية البدنية	3.75	1.28	7
16	أفضل الفوز على الهزيمة في اللعب	3.75	1.11	7
5	أحاول أن أتغير عندما أعرف أنني أقوم بأشياء خاطئة	3.73	1.15	9
20	أفعل ما هو صواب معظم الوقت	3.73	1.03	9
12	أستسلم لوالدي	3.28	1.13	11
27	أتشاجر مع أسرتي	3.28	1.07	11
29	أرى جوانب حسنة في كل من التقيت بهم من الناس	3.27	0.88	13
15	لا أسامح الآخرين بسهولة	3.23	1.12	14
3	غالبا ما أتصرف كما لو كنت غير ماهر	3.13	1.29	15
18	مستوى أدائي الرياضي ضعيف	3.13	1.09	16
9	أفعل أشياء بدون تفكير مسبق فيها	3.10	1.10	17
24	أغير رأيي كثيرا	3.10	1.18	17
32	أحيانا أؤجل عمل اليوم إلى الغد	2.87	1.25	19
31	أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء	2.80	1.29	20
30	لا أشعر بالراحة مع بقية الناس	2.70	0.87	21
8	أتحمل التأنيب عن أشياء دون أن أفقد أعصابي	2.65	0.91	22
23	أحل مشاكلي بسهولة تامة	2.65	0.87	22
6	أفعل أحيانا أشياء سيئة جدا	2.48	1.16	24
21	استخدم أحيانا وسائل غير مشروعة لشق طريقي	2.48	1.14	24
4	أنا مخلص نحو ديني في كل يوم من حياتي	2.45	1.15	26
19	نومي قليل	2.45	1.06	26
14	أتعامل في يسر مع الآخرين	2.11	0.89	28
2	أحاول أن أهتم بمظهري	2.02	1.07	29
17	أشعر أنني على ما يرام أحاول أن أكون عادلا مع أصدقائي وأسرتي معظم الوقت	2.02	0.77	30
10	أحاول أن أكون عادلاً مع أصدقائي وأسرتي	1.77	0.65	31
25	أحاول أن أهرب من المشاكل	1.77	0.96	31
المجموع الكلي/الذات الإدراكية		2.98	1.28	

يظهر من الجدول رقم(7) أن أعلى متوسط حسابي بلغ (4.10) للفقرتين (26،11) واللتان تنصان على " أشعر باهتمام حقيقي نحو أسرتي " و" أقوم بأداء نصيبي من العمل "، ثم بلغ المتوسط الحسابي (3.90) لرقم الفقرات (13، 28) واللتان تنصان على " أحاول أن أفهم وجهة نظر الزملاء الآخرين " و " لا أتصرف بالطريقة التي ترى أسرتي أنه يجب علي أن أتصرف بها "، وبلغ المتوسط الحسابي (3.86) لرقم الفقرات (7، 22) واللتان تنصان على " أستطيع دائما العناية بنفسي في أي وقت " و " أجد صعوبة في أن أفعل ما هو صحيح "، بينما أدنى متوسط حسابي بلغ (1.77) للفقرات رقم (10، 25) والتي تنص على " أحاول أن أكون عادلا مع أصدقائي وأسرتي " و " أحاول أن أهرب من المشاكل ".

أما المجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لتقبل الذات بلغ (2.98) وهو يعبر عن درجة متوسطة في مفهوم الذات الإدراكية.

يظهر مما سبق أن مستوى مفهوم الذات الإدراكية لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب كان متوسطاً، حيث تمثل مفهوم الذات الإدراكية باهتمام الشخص بأسرته وأداء مهامه وواجباته نحو أسرته، واهتمامه بنفسه والعناية بها في أي وقت، كما يؤثر الدور الاجتماعي في مفهوم الذات الإدراكية حيث تنمو صورة الذات خلال التفاعل الاجتماعي وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية, وإثناء تحرك الفرد في إطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه ومحاولته لفهم وجهات نظر الزملاء الآخرين.

السؤال الثاني: هل يختلف مفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن تبعا لاختلاف مستوى الانجاز الرياضي (محلي، وطني، دولي) ؟

للإجابة عن السؤال الثاني وظف الباحث تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لفحص اثر متغير مستوى الانجاز (محلي، وطني، دولي) وقبل توظيف تحليل التباين الأحادي قام الباحث بحساب الارتباطات بين إبعاد مفهوم الذات ومستوى الانجاز والجدول رقم (8) يوضح ذلك.

جدول رقم (8)

قيم معاملات ارتباط بيرسون بين مفهوم الذات ومستوى الانجاز

إبعاد مفهوم الذات	ر	مستوى الانجاز
الذاتية الواقعية	معامل الارتباط	0.79(*)
تقبل الذات	معامل الارتباط	0.71(*)
الذات الإدراكية	معامل الارتباط	0.68(*)
الذات البدنية	معامل الارتباط	0.78(*)
الذات الأخلاقية	معامل الارتباط	0.86(*)
الذات الشخصية	معامل الارتباط	0.56(*)
الذات الأسرية	معامل الارتباط	0.62(*)
الذات الاجتماعية	معامل الارتباط	(*)0.67
نقد الذات	معامل الارتباط	(*)0.65
الكلي مفهوم الذات	معامل الارتباط	0.72(*)

يتضح من الجدول رقم (8) وجود علاقة ايجابية دالة إحصائيا بين إبعاد مفهوم الذات ومستوى الانجاز، وبالنتيجة فان وجود ارتباطات قوية ودالة إحصائيا بين هذه المجالات يؤكد على صحة استخدام تحليل التباين الأحادي بوصفه الإجراء الإحصائي الرئيس في هذه الدراسة والجدول رقم (9) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياريةلمجالات مفهوم الذات والمجموع الكلي لهما بالاعتماد على مستويات الإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن .

جدول رقم (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع مجالات مفهوم الذات حسب مستويات الإنجاز الرياضي

المجال	مستويات الانجاز	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الذات الواقعية	محلي	108.46	6.50
	وطني	106.92	4.07
	دولي	109.90	5.84
تقبل الذات	محلي	98.84	7.17
	وطني	99.22	6.20
	دولي	96.66	5.31
الذات الإدراكية	محلي	96.09	5.33
	وطني	95.11	7.12
	دولي	95.15	4.83
الذات البدنية	محلي	53.58	2.59
	وطني	56.96	4.81
	دولي	57.23	6.54
الذات الأخلاقية	محلي	60.15	4.60
	وطني	59.33	3.31
	دولي	59.83	3.96
الذات الشخصية	محلي	51.78	5.07
	وطني	52.00	5.19
	دولي	51.52	4.99
الذات الأسرية	محلي	57.96	5.40
	وطني	55.29	4.4.
	دولي	57.52	5.39
الذات الاجتماعية	محلي	51.12	5.33
	وطني	50.25	4.15
	دولي	50.52	3.57
نقد الذات	محلي	28.59	3.23
	وطني	27.40	5.64
	دولي	25.57	3.57
المجموع الكلي	محلي	303.40	11.96
	وطني	301.25	8.83
	دولي	301.76	9.47

يظهر من الجدول رقم (9) أن هناك فروقا ظاهرية بين تقديرات إفراد عينة الدراسة في مجالات مفهوم الذات تبعا لمستوى الانجاز وللتعرف على مصادر تلك الفرو قات تم استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) على كل مجال من مجالات الدراسة وعلى الأداة ككل والجدول رقم (10) يوضح ذلك.

جدول رقم (10)

نتائج تحليل التباين (ANOVA) للكشف عن الفروق في مفهوم الذات بين مستويات الانجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن .

الرقم	المجال	مجموع مربعات المتوسطات الحسابية	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	الدلالة الاحصائية
1	الذات الواقعية	105.92	2	52.96	1.68	0.19
2	تقبل الذات	87.64	2	43.82	1.06	0.34
3	الذات الإدراكية	17.32	2	8.66	0.25	0.77
4	الذات البدنية	210.24	2	105.12	4.84	0.01
5	الذات الأخلاقية	12.37	2	6.18	0.37	0.68
6	الذات الشخصية	2.68	2	1.34	0.05	0.95
7	الذات الأسرية	113.96	2	56.98	2.20	0.11
8	الذات الاجتماعية	11.62	2	5.81	0.28	0.75
9	نقد الذات	115.82	2	57.91	2.79	0.05
المجموع الكلي/ لمفهوم الذات		74.25	2	37.14	0.34	0.70

يظهر من الجدول رقم (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية في مفهوم الذات تبعا لمستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن في مجالات (الذات الواقعية، تقبل الذات، الذات الإدراكية، الذات الأخلاقية، الذات الشخصية، الذات الأسرية، الذات الاجتماعية، نقد الذات)، في حين دلت النتائج إلى وجود فروق في تقديرات إفراد عينة الدراسة لمفهوم الذات في مجال (الذات البدنية)، حيث بلغت قيمة (F) لمجال الذات البدنية (4.84) بدلالة إحصائية (0.01) ، وبغرض الكشف عن مصادر الفروق تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال الذاتية البدنية ، الجدول (11) يوضح ذلك.

جدول رقم (11)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) لمعرفة مواقع الفروق في العلاقة بين مفهوم الذات ومستوى الإنجاز الرياضي تبعا لمجال الذات البدنية

مستوى الإنجاز	المتوسط الحسابي	المحلي	الوطني	الدولي
المحلي	53.58			*3.65
الوطني	56.96			
الدولي	57.23	*3.56		

يظهر من الجدول رقم (11) أن مواقع الفروق على مجال الذات البدنية كانت بين (المستوى المحلي والمستوى الدولي) لصالح الدولي، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمستوى الدولي (57.23) بينما للمستوى المحلي (53.58). ولم يظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لمجال الذات البدنية للمستويين الدولي والوطني.

وهذا يعود إلى أن فئة اللاعبين الذين وصلوا مستوى الدولي لديهم ثقة بقدراتهم البدنية أو أدائهم البدني أكبر بالمقارنة بفئات اللاعبين في مستويات الإنجاز الأدنى مثل المحلي والوطني، كما أن اللاعبين الذين وصلوا إلى المستوى الدولي خضعوا لبرامج تدريبية كثيرة خلال مسيرتهم في اللعب وهذا يعزز ذواتهم البدنية أكثر من اللاعبين الآخرين في مستويات الإنجاز الأخرى.

أما المجالات الأخرى فلم يظهر فروق عليها بين مستويات الإنجاز المختلفة نتيجة التفاعل الاجتماعي بين أعضاء الفريق الواحد، سواء كان مستوى انجازه محلي أو وطني أو دولي من جهة وتشابه سلوك المدربين الشخصي والاجتماعي مع اللاعبين على اختلاف مستوى انجازهم، فضلاً عن التشابه في بعض الصفات الشخصية التي تجتمع لدى اللاعبين في بعض المواقف الاجتماعية والمناسبات الرسمية وبعض اللقاءات التي تجمع اللاعبين في محافل اللعب المختلفة.

وهذا بدوره يؤدي إلى التشابه والانسجام والانخراط اللاعبين داخل الفريق مما يؤدي إلى عدم ظهور فروق فيما بينهم في مجالات مفهوم الذات المختلفة ومفهوم الذات بشكل عام.

وقد أشارت عدد من الدراسات إلى وجود علاقة بين مفهوم الذات والإنجاز الرياضي لدى اللاعبين مثل دراسة باكير (2001)، كما أشارت دراسة كاميل (Kamille, 1997)، ودراسة دولين (Dewlen, 1991) ودراسة أبو حليمة (1989) ودراسة جرانة (1984) إلى أن البرنامج التدريبي الذي خضع له أفراد عينة الدراسة ساهم في رفع مستوى مفهوم الذات الجسمية واللياقة البدنية.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب تعزى لمتغيرات (الجنس، العمر، نوع اللعبة ، عدد سنوات اللعب)؟

للإجابة عن السؤال الثالث تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل مجال من مجالات مقياس مفهوم الذات والمجموع الكلي لمفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب حسب متغيرات الجنس، الفئة العمرية ، ونوع اللعبة، ، وتم تطبيق اختبار (T) للكشف عن الفروق تبعا لمتغيري الجنس والفئة العمرية، وتطبيق تحليل التباين (ANOVA) للكشف عن الفروق تبعا لمتغير نوع اللعبة وفيما يلي نتائج كل متغير من متغيرات الدراسة:

أ. النتائج المتعلقة بمتغير الجنس.:

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لإيجاد الفروق في إبعاد مفهوم الذات تبعا لمتغير الجنس والجدول رقم (12) يوضح ذلك.

جدول رقم (12)

نتائج اختبار (T) للكشف عن الفروق في مجالات مفهوم الذات تبعا لمتغير الجنس

المجال	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)	الدلالة الإحصائية
الذات الواقعية	ذكر أنثى	109.10 107.44	6.22 4.98	1.22	0.22
تقبل الذات	ذكر أنثى	96.77 100.02	5.82 6.63	2.32	0.02
الذات الإدراكية	ذكر أنثى	94.17 96.87	5.96 5.43	2.11	0.03
الذات البدنية	ذكر أنثى	55.40 56.14	4.07 5.59	0.66	0.51
الذات الأخلاقية	ذكر أنثى	59.47 59.87	4.18 3.87	0.44	0.65
الذات الشخصية	ذكر أنثى	50.67 52.90	4.03 5.70	2.01	0.04
الذات الأسرية	ذكر أنثى	57.07 56.82	4.74 5.61	0.21	0.83
الذات الاجتماعية	ذكر أنثى	50.07 51.27	4.64 4.32	1.19	0.23
نقد الذات	ذكر أنثى	27.35 27.45	4.46 4.63	0.09	0.92
المجموع الكلي/ مفهوم الذات	ذكر أنثى	300.05 304.45	11.66 8.32	1.94	0.051

يظهر من الجدول (12) ما يلي :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للاعبين الذكور والإناث في مجال تقبل الذات حيث بلغت قيمة (ت) (2.32) وبدلالة إحصائية (0.02)، وكانت الفروق لصالح الإناث .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للاعبين الذكور والإناث في مجال الذات الإدراكية حيث بلغت قيمة (ت) (2.11) وبدلالة إحصائية (0.03)، وكانت الفروق لصالح الإناث

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية النسبية للاعبين الذكور والإناث في المجالات الأخرى لمفهوم الذات حيث كانت قيم (ت) غير دالة إحصائيا.

وهذا يعود إلى التشجيع الذي تتلقاه اللاعبات الإناث أثناء احرازهن للبطولات أو الفوز في المباريات أكثر من التشجيع الذي يحظى به اللاعبين الذكور، مما يؤدي ذلك إلى تقبل الذات الأنثى أكثر من الذكر في بعض الألعاب، كما أن مفهوم تقبل الذات لدى الأنثى بشكل عام قبل ممارسة اللعبة يكون أقل من تقبل الذات لدى الذكور نتيجة وجودها في مجتمع عربي يؤيد رأي الذكر ويهمش رأي أو دور الأنثى، وعندما يتاح للأنثى ممارسة اللعب في أي لعبة وتبدأ بالحصول على نتائج متقدمة فيها تبدأ تشعر بأن المحيط الاجتماعي ينظر إليها بنوع من الفخر والاعتزاز لتقدمها في إحراز المراكز المتقدمة في اللعبة مما يساهم ذلك في زيادة تقبلها لذاتها مما انعكس على النتائج التي أظهرتها الدراسة.

وقد اتفقت نتيجه هذه الدراسة مع دراسة أبو شمه (1995) حيث لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات لدى اللاعبين أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

ب - النتائج المتعلقة لمتغير الفئة العمرية.

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لإيجاد الفروق في إبعاد مفهوم الذات تبعا لمتغير الفئة العمرية والجدول رقم (13) يوضح ذلك

جدول رقم (13)

نتائج اختبار (T) للكشف عن الفروق في لمجالات مفهوم الذات تبعا لمتغير الفئة العمرية

المجال	الفئة العمرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)	الدلالة الإحصائية
الذات الواقعية	تحت سن 18 سنه	108.02	6.48	0.47	1.27
	فوق 18 سنة	108.62	4.75		
تقبل الذات	تحت سن 18 سنه	97.92	5.55	0.66	1.43
	فوق 18 سنة	98.87	7.20		
الذات الإدراكية	تحت سن 18 سنه	95.80	6.55	0.42	1.31
	فوق 18 سنة	95.25	5.07		
الذات البدنية	تحت سن 18 سنه	56.27	4.98	0.93	1.09
	فوق 18 سنة	55.25	4.78		
الذات الأخلاقية	تحت سن 18 سنه	59.60	4.42	0.166	0.90
	فوق 18 سنة	59.75	3.60		
الذات الشخصية	تحت سن 18 سنه	51.50	5.02	0.50	1.13
	فوق 18 سنة	52.07	5.08		
الذات الأسرية	تحت سن 18 سنه	56.72	5.58	0.38	1.16
	فوق 18 سنة	57.17	4.76		
الذات الاجتماعية	تحت سن 18 سنه	50.37	4.01	0.59	1.01
	فوق 18 سنة	50.97	4.97		
نقد الذات	تحت سن 18 سنه	27.27	3.99	0.24	1.01
	فوق 18 سنة	27.52	5.04		
المجموع الكلي/ مفهوم الذات	تحت سن 18 سنه	301.75	11.90	0.43	2.30
	فوق 18 سنة	302.75	8.45		

يظهر من الجدول رقم (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات مفهوم الذات تبعا لمتغير الفئة العمرية للاعب، مما يدل على إن الفئة العمرية لا تؤثر على مفهوم الذات حيث أن هناك انخراط اجتماعي داخل الفريق الواحد وهذا يمحي الفروق بين الفئات العمرية المختلفة على مجالات مفهوم الذات كما أن أفراد عينة الدراسة من ذوي الأعمار في مستوى الشباب وليست هناك فروق كبيرة بينهما في الفئات العمرية مما أدى ذلك إلى عدم ظهور فروق في مفهوم الذات بين جميع الفئات العمرية للاعبين.

وقد اتفقت نتيجه هذه الدراسة مع دراسة أبو شمه (1995) حيث لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات لدى اللاعبين أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الفئة العمرية.

جـ- النتائج المتعلقة تبعا لمتغير نوع اللعبة.:

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (14) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

جدول رقم (14)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مفهوم الذات والمجموع الكلي تبعا لمتغير نوع اللعبة

إبعاد مفهوم الذات	اللعبة									
	ريشة طائرة		سكواش		تنس		كرة طاولة		الكلي	
	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف
الذاتية الواقعية	109.15	4.534	107.65	4.804	109.50	6.557	107.00	6.489	108.32	5.661
تقبل الذات	96.10	6.357	96.40	6.286	100.85	6.243	100.25	5.693	98.40	6.413
الذات الإدراكية	97.60	5.789	96.75	5.999	95.00	6.164	92.75	4.387	95.52	5.829
الذات البدنية	54.15	3.200	53.55	5.186	57.30	5.545	58.05	3.900	55.76	4.879
الذات الأخلاقية	60.25	2.900	60.30	4.624	59.95	4.559	58.20	3.636	59.68	4.012
الذات الشخصية	50.85	4.487	49.35	4.977	52.05	5.680	54.90	3.275	51.79	5.033
الذات الأسرية	58.50	5.826	57.65	5.470	57.20	5.167	54.45	3.252	56.95	5.163
الذات الاجتماعية	50.20	5.053	52.10	4.303	50.90	4.811	49.50	3.620	50.68	4.500
نقد الذات	28.90	4.723	27.85	4.209	27.95	3.927	24.90	4.494	27.40	4.524
الكلي مفهوم الذات	302.85	8.952	300.80	7.845	305.35	12.188	300.00	11.429	302.25	10.274

يظهر من الجدول رقم (14) أن هناك فروقا ظاهرية في تقديرات إفراد عينة الدراسة على إبعاد مفهوم الذات تبعا لمتغير نوع اللعبة وللكشف عن هذه الفروق بين نوع اللعبة في كل مجال من مجالات مفهوم الذات تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (15) يوضح ذلك.

جدول رقم (15)

نتائج تحليل التباين (ANOVA) للكشف عن الفروق في مجالات مفهوم الذات بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب تبعا لمتغير نوع اللعبة

الرقم	المجال	مجموع مربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	الدلالة الإحصائية
1	الذات الواقعية	85.45	3	28.48	0.88	0.45
2	تقبل الذات	374.30	3	124.76	3.29	0.02
3	الذات الإدراكية	275.65	3	91.88	2.90	0.04
4	الذات البدنية	301.83	3	100.61	4.84	0.00
5	الذات الأخلاقية	59.45	3	19.81	1.24	0.30
6	الذات الشخصية	331.53	3	110.51	5.03	0.00
7	الذات الأسرية	184.10	3	61.36	2.42	0.07
8	الذات الاجتماعية	73.75	3	24.58	1.22	0.30
9	نقد الذات	180.10	3	60.03	3.17	0.02
المجموع الكلي/ مفهوم الذات		342	3	114.23	1.08	0.36

يظهر من الجدول رقم (15) ما يلي:

1. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية بين الألعاب المختلفة في مجالات مفهوم الذات (الذات الواقعية، الذات الأخلاقية، الذات الأسرية، الذات الاجتماعية).

2. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين الألعاب المختلفة في مجال تقبل الذات ، حيث بلغت قيمة (F) لمجال تقبل الذات (3.29) بدلالة إحصائية (0.02) ، وبغرض الكشف عن مواقع الفروق بين الألعاب المختلفة تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) والجدول (16) يوضح ذلك.

3. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين الألعاب المختلفة في مجال الذات الإدراكية، حيث بلغت قيمة (F) لمجال الذات الإدراكية (2.90) بدلالة إحصائية (0.04) ، وبغرض

الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال تقبل الذات والجدول (16) يوضح ذلك.

4. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب ومفهوم الذات على مجال الذات البدنية تبعا لمتغير لنوع اللعبة، حيث بلغت قيمة (F) لمجال الذات البدنية (4.84) بدلالة إحصائية (0.00) ، وبغرض الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال تقبل الذات والجدول (16) يوضح ذلك.

5. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب ومفهوم الذات على مجال الذات الشخصية تبعا لمتغير نوع اللعبة، حيث بلغت قيمة (F) لمجال تقبل الذات (5.03) بدلالة إحصائية (0.00) ، وبغرض الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال تقبل الذات والجدول (17) يوضح ذلك.

6. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين الألعاب المختلفة في مجال نقد الذات، حيث بلغت قيمة (F) لمجال تقبل الذات (3.17) بدلالة إحصائية (0.02) ، وبغرض الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال تقبل الذات والجدول (16) يوضح ذلك.

جدول رقم (16)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) لمعرفة مواقع الفروق في مجالات تقبل الذات والذات الإدراكية والذات البدنية تبعا لمتغير نوع اللعبة

البعد	نوع اللعبة	المتوسط الحسابي	ريشة الطائرة	سكواش	التنس	كرة الطاولة
تقبل الذات	ريشة الطائرة	96.10			*4.48	*4.15
	سكواش	96.40			*4.45	*3.85
	التنس	100.85	*4.48	*4.45		
	كرة الطاولة	100.25	*4.15	*3.85		
الذات الإدراكية	ريشة الطائرة	97.60			*2.6	*4.85
	سكواش	96.75			*1.75	*4.00
	التنس	95.00	*2.6	*1.75		
	كرة الطاولة	92.75	*4.85	*4.00		
الذات البدنية	ريشة الطائرة	54.15			*2.85	*3.9
	سكواش	53.55			*3.75	*4.5
	التنس	57.30	*2.85	*3.75		
	كرة الطاولة	58.05	*3.9	*4.5		

يظهر من الجدول رقم (16) أن مواقع الفروق على متغير نوع اللعبة لمجال تقبل الذات كانت بين (كرة الطاولة وكل من الريشة الطائرة والسكواش) لصالح كرة الطاولة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لكرة الطاولة (100.25) بينما بلغ المتوسط الحسابي لكل من والسكواش (96.40) وريشة الطائرة (96.40). كما تبين وجود فروق بين (تنس وكل من ريشة الطائرة والسكواش) لصالح تنس، حيث بلغ المتوسط الحسابي لكل من التنس (100.25) بينما بلغ المتوسط الحسابي لكل من والسكواش (96.40) وريشة الطائرة (96.40)، كما لم يظهر فروق أيضا بين التنس وكرة الطاولة، ولم يظهر فروق بين ريشة الطائرة والسكواش.

وربما يعود السبب في ذلك إلى بعض الصفات الشخصية لدى لاعبي ولاعبات كرة الطاولة متشابهه تقريباً.

كما يظهر من الجدول رقم (16) أن مواقع الفروق على متغير نوع اللعبة لمجال الذات الإدراكية كانت بين (ريشة الطائرة وكل من التنس وكرة الطاولة) لصالح ريشة الطائرة،

حيث بلغ المتوسط الحسابي لريشة الطائرة (97.60) بينما بلغ المتوسط الحسابي لكل من التنس (95.00) وكرة الطاولة (92.75). كما تبين وجود فروق بين (سكواش وكل من تنس وكرة الطاولة) لصالح تنس، حيث بلغ المتوسط الحسابي للعبة السكواش (96.75)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لكل من التنس (95.00) وكرة الطاولة (92.75)، كما لم يظهر فروق أيضا بين التنس وكرة الطاولة، ولم يظهر فروق بين ريشة الطائرة والسكواش.

أما الفروق التي ظهرت في مجال الذات الإدراكية في لعبة ريشة الطائرة، فربما يعود إلى خصائص اللعبة نفسها أو السمات الشخصية لدى اللاعبين واللاعبات في لعبة ريشة الطائرة.

ويظهر من الجدول رقم (16) أن مواقع الفروق على متغير نوع اللعبة لمجال الذات البدنية كانت بين (كرة الطاولة وكل من ريشة الطائرة والسكواش) لصالح كرة الطاولة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لكرة الطاولة (58.05) بينما بلغ المتوسط الحسابي لكل من ريشة الطائرة (54.15) والسكواش (53.55). كما تبين وجود فروق بين (التنس وكل من ريشة الطائرة والسكواش) لصالح كرة التنس، حيث بلغ المتوسط الحسابي للتنس (57.30) بينما بلغ المتوسط الحسابي لكل من ريشة الطائرة (54.15) والسكواش (53.55)، كما لم يظهر فروق أيضا بين التنس وكرة الطاولة، ولم يظهر فروق بين ريشة الطائرة والسكواش.

وربما يعود السبب في ذلك إلى تمتعهم بقدرات بدنية عالية مما أعطاهم تصور إيجابي عن ذواتهم البدنية وهذا أدى إلى بروز مفهوم ذات بدنية أعلى من ذات اللاعبين الآخرين في الألعاب الأخرى.

كما يبين الجدول رقم (17) الفروق المتعلقة في مجالي الذات الشخصية والذات الاجتماعية:

جدول رقم (17)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) لمعرفة مواقع الفروق في مجالي الذات الشخصية والذات الاجتماعية تبعا لمتغير نوع اللعبة

البعد	نوع اللعبة	المتوسط الحسابي	ريشة الطائرة	سكواش	التنس	كرة الطاولة
الذات الشخصية	ريشة الطائرة	50.85				
	سكواش	49.35				*10.55
	التنس	52.05				
	كرة الطاولة	59.00		*10.55		
الذات الاجتماعية	ريشة الطائرة	28.90				*4.00
	سكواش	27.85				
	التنس	27.95				
	كرة الطاولة	24.90	*4.00			

يظهر من الجدول رقم (17) أن مواقع الفروق على متغير نوع اللعبة لمجال الذات الشخصية كانت بين (كرة الطاولة والسكواش) لصالح كرة الطاولة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لكرة الطاولة (59.00) بينما بلغ المتوسط الحسابي للسكواش (49.35). كما لم يظهر فروق بين المتوسطات الحسابية الأخرى.

وهذا يؤكد أن هناك اعتبارات شخصية لدى لاعبي كرة الطاولة أكثر من اللاعبين في الألعاب الأخرى، وربما يعود السبب في ذلك إلى المحيط الاجتماعي للاعبين واللاعبات في كرة الطاولة أو سلوك المدربين تجاههم مما عزز ذلك في صفاتهم الشخصية وتكوين مفهوم ذات إيجابي لديهم والى نتائجهم وانجازاتهم .

ويظهر من الجدول رقم (17) أن مواقع الفروق على متغير نوع اللعبة لمجال الذات الاجتماعية بين (كرة الطاولة وريشة الطائرة) لصالح ريشة الطائرة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لريشة الطائرة (28.90) بينما بلغ المتوسط الحسابي لكرة الطاولة (24.90). كما لم يظهر فروق بين المتوسطات الحسابية الأخرى.

وربما يعود السبب في ذلك نتيجة خبرات النجاح والفشل مما أدى إلى إعادة النظر في أدائهم أثناء المنافسات مما أدى إلى زيادة نقد ذواتهم أكثر من اللاعبين واللاعبات في الألعاب الأخرى.

د- النتائج المتعلقة بمتغير عدد سنوات اللعب .

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (18) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

جدول رقم (18)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مفهوم الذات والمجموع الكلي تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب

إبعاد مفهوم الذات	عدد سنوات اللعب							
	اقل من 5 سنوات		من 5-10 سنوات		أكثر من 10 سنوات		الكلي	
	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف
الذاتية الواقعية	109.26	6.316	107.74	5.479	107.33	3.939	108.32	5.661
تقبل الذات	97.79	7.531	99.35	5.974	97.42	3.630	98.40	6.413
الذات الإدراكية	97.15	4.279	95.26	7.225	91.67	2.807	95.52	5.829
الذات البدنية	55.21	5.580	56.71	4.648	54.67	2.774	55.76	4.879
الذات الأخلاقية	61.15	4.493	58.74	3.545	58.17	2.329	59.68	4.012
الذات الشخصية	50.38	5.549	53.32	4.860	51.42	2.275	51.79	5.033
الذات الأسرية	58.74	6.102	55.56	4.343	55.83	2.443	56.95	5.163
الذات الاجتماعية	50.91	4.839	50.71	4.296	49.92	4.358	50.68	4.500
نقد الذات	27.82	4.260	27.32	4.367	26.42	5.807	27.40	4.524
الكلي مفهوم الذات	304.21	9.963	302.35	10.949	296.42	7.192	302.25	10.274

يظهر من الجدول رقم (18) أن هناك فروقا ظاهرية في تقديرات أفراد عينة الدراسة على أبعاد مفهوم الذات تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب ولتحديد مصادر هذه الفروق بين متغير عدد سنوات اللعب في كل مجال من مجالات مفهوم الذات تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (19) يوضح ذلك.

جدول رقم (19)

نتائج تحليل التباين (ANOVA) للكشف عن الفروق في مجالات مفهوم الذات تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب

المجال	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	الدلالة الإحصائية
الذات الواقعية	53.64	2	26.82	0.83	0.43
تقبل الذات	54.96	2	27.48	0.66	0.51
الذات الإدراكية	270.40	2	135.20	4.31	0.01
الذات البدنية	55.20	2	27.60	1.16	0.31
الذات الأخلاقية	131.00	2	65.50	4.2	0.01
الذات الشخصية	149.00	2	74.50	3.09	0.05
الذات الأسرية	189.13	2	94.56	3.79	0.02
الذات الاجتماعية	8.83	2	4.42	0.21	0.80
نقد الذات	17.90	2	8.95	0.43	0.65
المجموع الكلي/ مفهوم الذات	538.76	2	269.38	2.65	0.07

يظهر من الجدول رقم (19) ما يلي:

1. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية ومفهوم الذات تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب في مجالات (الذات الواقعية، تقبل الذات، الذات البدنية، الذات الشخصية).
2. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب ومفهوم الذات تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب في مجال الذات الإدراكية، حيث بلغت قيمة (F) لمجال الذات الإدراكية (4.31) بدلالة إحصائية (0.01) ، وبغرض الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال الذات الإدراكية والجدول (20) يوضح ذلك.
3. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب ومفهوم الذات تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب في مجال الذات الأخلاقية، حيث بلغت قيمة (F) لمجال الذات الأخلاقية (3.29) بدلالة إحصائية (0.02) ، وبغرض

الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال الذات الأخلاقية والجدول (20) يوضح ذلك.

4. وجود فروق بين المتوسطات الحسابية بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب ومفهوم الذات تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب في مجال الذات الأسرية، حيث بلغت قيمة (F) لمجال الذات الأسرية (3.79) بدلالة إحصائية (0.02) ، وبغرض الكشف عن مواقع الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمجال الذات الأسرية والجدول (20) يوضح ذلك.

جدول رقم (20)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) لمعرفة مواقع الفروق في مجالات الذات الإدراكية والذات الأخلاقية و الذات الأسرية تبعا لمتغير عدد سنوات اللعب

البعد	عدد سنوات اللعب	المتوسط الحسابي	أقل من 5 سنوات	من 5-10سنوات	أكثر من 10 سنوات
الذات الإدراكية	أقل من 5 سنوات	97.14			*5.48
	من 5-10 سنوات	95.26			
	أكثر من 10 سنوات	91.66	*5.84		
الذات الأخلاقية	أقل من 5 سنوات	61.14			*8.35
	من 5-10 سنوات	58.73			
	أكثر من 10 سنوات	58.16	*8.35		
الذات الأسرية	أقل من 5 سنوات	58.73		*3.18	*2.9
	من 5-10 سنوات	55.55	*3.18		
	أكثر من 10 سنوات	55.83	*2.9		

يظهر من الجدول رقم (20) أن مواقع الفروق على متغير عدد سنوات ممارسة اللعبة لمجال الذات الإدراكية بين (أقل من 5 سنوات وأكثر من 10 سنوات) لصالح أقل من 5 سنوات، حيث بلغ المتوسط الحسابي لعدد سنوات اللعب(أقل من 5 سنوات) (97.14) بينما بلغ المتوسط الحسابي لعدد سنوات اللعب (أكثر من 10 سنوات) (24.90). كما لم يظهر فروق بين المتوسطات الحسابية الأخرى.

وربما يعود السبب في ذلك إلى الحماس الذي يعزز الذات الإدراكية لدى اللاعبين وخاصة في بداية ممارسة اللعبة أما بعد ممارستهم لأكثر من 5 سنوات فيبدأ اللاعب بمواجهة صعوبات وتحديات في مجال اللعبة لتحقيق مراكز متقدمة مما ينعكس ذلك على ذاته الإدراكية ويساوره نوع من الإحباط فضلاً عن بعض الظروف الصعبة التي يواجهها اللاعبين ولا يستطيع التغلب عليها حتى بعد مضي أكثر من 5 سنوات في اللعب، مما ينعكس على ذاته الإدراكية وأيضا قد تكون التزاماته الدراسية أكثر مسؤولية في التوفيق بين الدراسة واللعب .

كما يظهر من الجدول رقم (20) أن مواقع الفروق على متغير عدد سنوات ممارسة اللعبة لمجال الذات الأخلاقية بين (أقل من 5 سنوات وأكثر من 10 سنوات) لصالح أقل من 5 سنوات، حيث بلغ المتوسط الحسابي لعدد سنوات اللعب(أقل من 5 سنوات) (58.73) بينما بلغ المتوسط الحسابي لعدد سنوات اللعب (أكثر من 10 سنوات) (50.38). كما لم يظهر فروق بين المتوسطات الحسابية الأخرى.

ويظهر من الجدول رقم (20) أن مواقع الفروق على متغير عدد سنوات ممارسة اللعبة لمجال الذات الأسرية بين (أقل من 5 سنوات وكل من عدد ممارسة اللعبة من 5-10 سنوات وأكثر من 10 سنوات) لصالح أقل من 5 سنوات، حيث بلغ المتوسط الحسابي لعدد سنوات اللعب (أقل من 5 سنوات) (58.73) بينما بلغ المتوسط الحسابي لعدد سنوات اللعب (من 5- 10 سنوات) (55.55) و(أكثر من 10 سنوات) (55.83)، كما لم يظهر فروق بين المتوسطات الحسابية لعدد ممارسة اللعبة من 5-10 سنوات فأقل وأكثر من 10 سنوات.

وربما يعود السبب في ذلك نتيجة التشجيع الإيجابي والقوي تجاه اللاعب في بداية ممارسته اللعبة أما بعد مضي أكثر من 5 سنوات فيبدأ المحيط الأسري يعتاد على ممارسة ولدهم للعبة وبالتالي يصبح هذا الأمر ضمن السلوكات العادية والطبيعية للاعب من وجهة نظر

أسرته وبالتالي يضعف مفهوم الذات الأسرية لديه خاصة وان الطابع الاجتماعي الأردني قد يحث على متابعة الدراسة والعلم أكثر من ممارسة الرياضة ففي المراحل العمرية المبكرة يشجع الأهل بالاستمرار في ممارسة الرياضة بينما في المراحل المتقدمة من العمر والصفوف الدراسية الأعلى التي تفرض على اللاعب قضاء وقت دراسة أطول وقضاء لعب اقل .

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

فيما يلي الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الباحث من خلال نتائج الدراسة:

أولا : الاستنتاجات

في ضوء النتائج ومناقشتها تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1. امتلاك لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب لمفهوم الذات بدرجة متوسطة.
2. هناك اختلاف في مفهوم الذات البدنية تبعا لاختلاف مستوى الانجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن حيث يتمتع اللاعب الدولي بمفهوم ذات بدنية أعلى من لاعبي المستويات الوطنية والمحلية.
3. لا يختلف مفهوم الذات لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب في الأردن على كل من المجالات التالية: (الذات الواقعية، تقبل الذات، الذات الإدراكية، الذات الأخلاقية، الذات الأخلاقية، الذات الأسرية، الذات الاجتماعية، نقد الذات) تبعا لاختلاف مستوى الانجاز الرياضي.
4. مجال تقبل الذات ومجال الذات الإدراكية عند الإناث أكثر من اللاعبين الذكور
5. هناك تشابه في كل من مجال الذات الواقعية ومجال الذات البدنية ومجال الذات الأخلاقية ومجال الذات الشخصية ومجال الذات الأسرية ومجال الذات الاجتماعية ومجال نقد الذات كل عند اللاعبين واللاعبات.

6. لا يختلف مفهوم الذات في كل من مجال الذات الواقعية ومجال الذات الأخلاقية ومجال الذات الأسرية ومجال الذات الاجتماعية تبعاً لاختلاف نوع اللعبة.

7. يتمتع لاعبو كرة الطاولة بمفهوم الذات في كل من مجال تقبل الذات ومجال الذات البدنية ومجال الذات الشخصية أعلى من غيرهم من لاعبي العاب المضرب المختلفة .

8. لدى لاعبي ريشة الطائرة مفهوم ذات في كل من مجال الذات الإدراكية ومجال الذات الاجتماعية أعلى من غيرهم من العاب المضرب المختلفة.

9. لا يختلف مفهوم الذات بعدد سنوات اللعب بين لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب على كل من مجال الذات الواقعية ومجال تقبل الذات ومجال الذات البدنية ومجال الذات الشخصية.

10. اللاعبون الذين أمضى عليهم ممارسة اللعبة بأقل من 5 سنوات لديهم مفهوم الذات في كل من مجال الذات الإدراكية ومجال الذات الأخلاقية ومجال الذات الأسرية اكثر من الذين يمارسونها أكثر من هذه السنوات.

ثانيا : التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

1. ضرورة استخدام الوسائل والأساليب المختلفة التي تسهم في زيادة التعرف على الذات وتعزيزها لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب.
2. ضرورة إخضاع اللاعبين واللاعبات لمنافسات دولية.
3. ضرورة وجود متخصصين علم نفس مع منتخبات العاب المضرب من اجل تعزيز اللاعبين واللاعبات بمفهوم الذات أثناء المنافسات .
4. التركيز على تقبل الذات والذات الإدراكية من قبل المختصين في علم النفس .
5. الاهتمام بالإعداد النفسي للاعبي العاب المضرب لتحقيق مفهوم ذات أعلى حول مفهوم الذات .
6. اهتمام أخصائي الإعداد النفسي بالإعداد الجيد للاعبي الريشة الطائرة والسكواش والتنس في أبعاد تقبل الذات والذات البدنية والذات الشخصية .
7. الاهتمام بمفهوم الذات للاعبي الممارسين للعبة أكثر من خمس سنوات .

المراجع العربية

الأشول، عادل .1984م.: مقياس مفهوم الذات للأطفال، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

أبو حليمة، فائق. 1989م. تأثير برنامج تدريبي لمدة 8 أسابيع على ثلاثة أبعاد لمفهوم الذات للرجال (متوسطي العمر. بحوث المؤتمر العلمي الخامس الكليات التربية الرياضية. جامعة البصرة. العراق.

أبو زيد إبراهيم .1987.: سيكولوجية الذات والتوافق، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية

أبو شمة، زياد .1995.التعرف على مستوى مفهوم الذات لدى لاعبي كرة السلة في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

أبو عواد، محمد حمد .2000. العلاقة بين مفهوم الذات ومركز التحكم لدى المعاقين حركيا الممارسين للرياضة التنافسية في الأردن، رسالة ماجستير غير منشودة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن .

آدلبي، سهى .1998. أثر برنامج تدريبي مقترح على مستوى اللياقة البدنية ومفهوم الذات لدى أطفال مؤسسات الأيتام في الأردن، رسالة ماجستير غير منشودة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن

إسماعيل، أحمد. 1993. مشكلات الطفل السلوكية، وأساليب معاملة الوالدين، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية.

الأشقر. ناصر على إدريس .2000. أثر الاشتراك في المعسكرات الصيفية على مفهوم الذات الجسمية لدى طلبة صفوف الثامن والتاسع والعاشر في المدارس الحكومية في محافظة قلقيليه. رسالة ماجستير غير منشودة. جامعة النجاح الوطنية. نابلس، فلسطين.

باكير. عاصف على باكير .2001. مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي فرق أندية الدرجة الممتازة بلدة القدم في الأردن. رسالة ماجستير \غير منشودة جامعة اليرموك,اربد، الأردن.

بني جابر، جودت وزملاؤه .2002. المدخل إلى علم النفس، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

بهادا، سعدية محمد. 1983. من أنا؟ البرنامج التربوي النفسي لخبرة من أنا الموجة لأطفال سن من بين النظرية والتجريب، مؤسسة الكويت للتقويم العلمي، الكويت.

الجبالي ، صفية محمود يوسف ، العلاقة بين اساليب الوالدين في التنشئة الاجتماعية ومفهوم الذات عند طلبة المرحلة الثانوية ، 1989. ، جامعة اليرموك .

جبريل، موسى. 1993. تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسيا، مجلة العلوم الإنسانية، المجلد(2)، العدد(2).

جرانة، تهاني أحمد. 1984. التدوين في مفهوم الذات بين مجموعات مختلفة المستويات في السباحة، ملخصات بحوث مؤتمر الرياضة للجميع، جامعة حلوان، القاهرة.

الحايك، صادق. 2003. أثر استخدام إستراتيجية التعليم في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات واتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية نحو مادة، المؤتمر العلمي لكلية التربية الرياضية، الرياضة نموذج للحياة المعاصرة، الجامعة الأردنية، ص23.

حنتوش، معيوف. 1987. علم النفس الرياضي، وزارة التربية العالي والبحث العلمي، جامعة الموصل، العراق .

الخشاب، وآخرون. 1988. كرة القدم، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة الموصل، العراق.

دويدار، عبد الفتاح. 1992. سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار النهضة العربية، القاهرة.

راتب، أسامة. 1990. علم النفس الرياضي (المفاهيم، والتطبيقات)، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

رمضان، صايل. 1998. آفاق معاصرة في الصحة النفسية لأبناء القاهرة. دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع.

زهران، حامد. 1977. اختبار مفهوم الذات، عالم الكتب، القاهرة.

زهران، حامد. 1997. الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، ط3، القاهرة

السرطاوي، زيدان .1996. مقارنة لمفهوم الذات بين الطلاب العاديين والطلاب ذوي صعوبات التعلم، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد الثامن، العدد الثاني.

السكري، عمرو حسن. 2000. التدريب بالأثقال وأثره على مفهوم الذات للطلاب الرياضيين، بحوث مجلة النظريات والتطبيقات، عدد 38، دوريات كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية.

الشافعي. جمال. سلسلة ألعاب المضرب المصورة. الطبعة الأولى، 2000.

الشناوي، محمد حسن وآخرون .2001. التنشئة الاجتماعية للطفل، دار الصفا للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .

صوالحة، محمد. 1990. علاقة مستوى مفهوم الذات وشكل التغذية الراجعة بفاعلية تعليم مفاهيم علمية لدى طلاب الصف الثاني الإعدادي في الأردن، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس.

العارضة، إيمان فضل. 1989. أثر التنشئة الأسرية والتفاعل بين المتعلم لتقدير الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق لأداة القياس، بحوث المؤتمر الرابع لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية

عدس، عبد الرحمن، وتوق، محي الدين .1981. "علم النفس العام" ط1، مكتبة الأقصى، عمان، الأردن.

عدس، عبد الرحمن، وتوق، محي الدين .1998. المدخل إلى علم النفس، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن .

عرابي، بندك، عيسى. 1994..سمير عرابي،أمل بندك، سهى أديب، تأثير برنامجي السباحة والرسم على مفهوم الذات عند تلميذات مرحلة التعليم الأساسي ف الأردن مجلة دراسات الجامعة الأردنية عمان، الأردن.

عروق ، ادريس صالح محمد ، 1992 ، تطوير مفهوم الذات لدى طلب المرحلة الأساسية ، جامعة اليرموك ، اربد ، 1992 .

علاوي، محمد حسن. 1998 موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، القاهرة، مركز الكتاب للنشر

عمارة، أحمد. 1990. مفهوم الذات وعلاقة بالإنجاز لدى لاعبي الرياضة المصارعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان.

فرج وفكري. إلين وديع. سلوى عز الدين. المرجع في تنس الطاولة (تعلم وتدرب). 2002م.

فرج. إلين وديع. التنس. تعليم. وتدريب. تقييم. تحكيم. جامعة حلوان الطبعة الأولى.1986م.

فهمي، مصطفى .1976م.: أمراض الكلام، والطبعة الرابعة، مكتبة مصر، القاهرة.

القدومي، عبد الناصر، وآخرون. 1999. مفهوم الذات البدنية والمهارية لدى لاعبي منتخبات المحافظات لكرة الطائرة في الضفة الغربية، سلسلة أبحاث اليرموك، مجلد 5، جامعة اليرموك.

مجلة الشباب، وزارة الشباب الرياضية، عمان، الأردن، تشرين الأول 1999، ص41.

محافظة، سامح وزهير، الزعبي .2007. أثر العوامل الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية في تشكيل مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة الهاشمية، مجلة دراسات، الجامعة الأردنية، المجلد (35)، عدد (1) العلوم التربوية.

محسن ثامر (1990) ، الاعداد النفسي بكرة القدم ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، العراق.

محمد العربي شمعون. 1994. السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضيين. رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان مصر.

محمود، محمد .1987م.: التوجيه والإرشاد النفسي للأطفال غير العاديين، دراسة تحليلية حوليات عملية التربية والحولية الثامنة .

هول ولندزي. 1971. النظريات الشخصية، ترجمة فرج أحمد وآخرون، (Holl & lindzey) دار الفكر العربي

وليم، فيتس. 1998. مقياس تنس لمفهوم الذات، ترجمة صفوت فوج وحميد كامل، مركز الاسكندرية للكتاب.

وهيبي، أحمد .1999. "مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات ذات الصلة". رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن

يعقوب، إبراهيم محمد .1990. "دراسة مقارنة للخصائص السيكومترية لمقياس مفهوم الذات المبيني بالطريقة التقليدية وطريقة نموذج راش" رسالة دكتوراه، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

المراجع الأجنبية

Alfermann, D. & Stool, O. (2000). "Effect of physical exercise on self-concept and well-being" International Journal of sport psychlogy, 31 (1), PP 47-63.

Avary, f. & leanard, z.d (1997). "psychological effects of strength training on children", journal of sport behavior, 20/z. pp 164-176.

Barry C . Pelton : Badminton . Prentice. Hall Sport Series . New Jersey .1971.

Ebbectk, V. & Gibbons, S.L. (1998) "The Effect of a Team Building program on the self conceptions of Grade 6 and 7 physical Education students", Journal of Sport & Exercise psychology, 20, pp 300-310.

Fitts.w.(1965).Manual for the Tennessee self-conaptscale Nashvelle. Tennesse.

Kamel ،L ،K (1996) ،physical fitness as – predictor of the self – concept among boys and girls with learning disabilities ،attention deficit hyperactive disorder and normal academic achievement ،achievement . Dissertation Abstract International ،A ،57 / 11 ،P ،4648 .

Kosar & orhers (1998). ""effect of perception among sport camp participant in an 8 weeks aerobic dance and step aerobic program on physical self-preceftion and body 1 mage satisfaction". journal of sport & exercise psychology, 29,pp,366-375.

Marsh, H. W. & others. (1995). "Multidimensional self-concepts of Elite Athletes: How Do they Differ from the General population?". Journal of sport and Exercise psychology, 17, pp. 70-83.

Marsh, H. W. (1998). "Age and Gender Effects in physical self-concepts for adolescent Elite Athletes and Nonathletes: A multicohort-Mulrioccasion desing", ournal of sport & exercise psychology, 20, pp. 237-259.

Plotik ،R ،(1993) . " Introduction of psychology " Third edition Brook eole publishing company . California .

shertll, clandine.(1998). Adapter physical activity recreation sport. McGraw-hill companies, inc. fifth edition.

Weiller, K. H. & Peggy, R.A. (1993) "A program for kids", physical Education & Training, 69 (3), pp 133-138.

Westgott, (1980), "The effect of physical education activity classes on the self-concept of college student" doctoral dissertation, Oklahama state university.

الملاحق

" مقياس مفهوم الذات "

أخي اللاعب , أختي اللاعبة .
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

تهدف الدراسة إلى "معرفة مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب".
ارجوا التكرم بقراءة فقرات الاستبيان وتعبئتها علما أن المعلومات لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي , ولا يعتبر هذا الاستبيان اختبارا لمعلوماتك , وستعامل المعلومات بسرية تامة .

شاكرا لكم حسن تعاونكم

أولا . البيانات الشخصية .

العمر : ....

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

المؤهل العلمي : ثانوية أو اقل ☐ دبلوم ☐ جامعي ☐

اسم اللعبة : ريشة طائره ☐ سكواش ☐ تنس ☐ كرة الطاولة ☐

عدد سنوات ممارسة اللعبة :..

عدد سنوات الممارسة للعبة في المنتخب :..

تصنيفك على المستوى المحلي ☐ الوطني ☐ الدولي ☐

الباحث :
محمد خلف منصور

ثانياً: مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز

يرجى قراءة كل فقرة بتمعن ثم التعبير عن رأيك بوضع إشارة (X) داخل العمود المناسب، لا يوجد صح أو خطأ في الإجابة.

الفقرات	لا ينطبق علي تماماً	لا ينطبق علي غالباً	ينطبق علي أحياناً ولا ينطبق أحياناً أخرى	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي تماما
1- امتلك جسماً سليماً.					
3- أنا شخص جذاب.					
5- اعتبر نفسي شخصاً عاطفياً.					
19- أنا شخص مهذب.					
21- أنا شخص أمين.					
23- أنا شخص سوي.					
37- أنا شخص مرح.					
39-أنا شخص هادئ ومتسامح.					
41- أنا لا شيء.					
55- لدي أسرة تساعدني دائماً في أي أسبوع من المشاكل .					
57- أنا عضو في أسرة سعيدة.					
69-أصدقائي لا يثقون بي.					
73-أنا شخص ودود.					
75-أنا مشهور بين الرجال.					
77-لا اهتم بما يفعله الآخرون.					
91-لا أقول الصدق دائماً.					
93- يثيرني الغضب دائماً.					
2- أحب أن أبدو وسيماً وأنيقاً في كل الأوقات.					
4- أنا مثقل بالأوجاع والآلام.					
6-أنا شخص مريض.					
20-أنا شخص متدين.					
22- أنا فاشل أخلاقياً.					
24-أنا شخص ضعيف من الناحية الأخلاقية.					
38-لدي قدر من ضبط النفس.					
40-أنا شخص حقود.					
42- أفقد أعصابي.					
56-أنا شخص مهم بالنسبة لأصدقائي وأسرتي.					
58-أنا غير محبوب من أسرتي.					
60-أشعر أن أسرتي لا تثق بي.					
74-أنا مشهور بين النساء.					
76-أنا غاضب من العالم كله.					
78-من الصعب مصادقتي.					

92-في بعض الأحيان أفكر في أشياء سيئة جداً لا يصح الحديث عنها.					
94-أحياناً عندما أكون على غير ما يرام ينتابني الضيق.					
7- لست بديناً جداً ولا نحيفاً جداً.					
9-أحب مظهري أن يكون بنفس الطريقة التي هو عليها.					
11- بودي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي .					
25- أنا راض عن سلوكي الأخلاقي.					
27-أنا راض عن صلتي بالله.					
29- ينبغي أن أذهب الى الجامع (الكنيسة) أكثر من ذلك.					
43-أنا راض بأن أكون كما أنا تماماً.					
45-أنا لطيف تماماً كما يجب علي أن أكون.					
47- احتقر نفسي.					
61- أنا راض عن علاقتي الأسرية.					
63-أفهم أسرتي تمام ما يجب علي أن أكون.					
65- يجب علي أن أثق في أسرتي اكثر من ذلك.					
79- أنا اجتماعي كما أود أن أكون.					
81-أحاول أن أرضي الآخرين ولكني لا أبالغ في ذلك.					
83-لست صالحاً إطلاقاً من وجهة النظر الاجتماعية.					
95-لا أحب كل من أعرفهم.					
17-أضحك أحياناً من النكت التي قد تخرج عن حدود اللياقة.					
8-لست طويلاً جداً أو قصير جداً .					
10-لا أشعر أنني على ما يرام كما يجب.					
12-يجب أن يكون لدي جاذبية أكثر.					
26-أنا متدين كما أريد أن أكون .					
28-بودي أن أكون جديراً بالثقة أكثر من ذلك.					
30-لا يجب أن أقول مثل هذه الأكاذيب الكثيرة.					
44-أنا أنيق كما أود أن أكون .					
46-أنا لست الشخص الذي أود أن أكونه .					
48-أرغب في ألا استسلم بسهولة كما أفعل .					
62-أعامل والدي كما يجب علي معاملتهما (استخدم الفعل الماضي في حالة الوفاة) .					
64-أنا حساس جداً لما تقوله أسرتي .					
66-يجب أن أحب أسرتي اكثر من ذلك.					
80-أنا راض عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين .					
82-يجب أن أكون أكثر أدباً بالنسبة للآخرين .					
84-ينبغي أن أتعامل بصورة أفضل من الآخرين .					
96-أروج الشائعات قليلاً في بعض الأحيان .					
98-أشعر أحياناً برغبة في السب .					
13-اعتني بنفسي جيداً من الناحية البدنية .					
15-أحاول أن أهتم بمظهري .					
17-غالباً ما أتصرف كما لو كنت غير ماهر .					

31-انا مخلص نحو ديني في كل يوم من حياتي .					
33-احاول أن أتغير عندما أعرف انني أقوم بأشياء خاطئة					
35-أفعل احيانا أشياء سيئة جدا					
49-استطيع دائما العناية بنفسي في أي وق					
51-أتحمل التأنيب عن أشياء دون أن أفقد اعصابي .					
53-افعل أشياء بدون تفكير مسبق فيها .					
67-أحاول أن أكون عادلاً مع أصدقائي وأسرتي .					
69-أشعر باهتمام حقيقي نحو أسرتي .					
71-استسلم لوالدي استخدم الفعل الماضي في حالة الوفاة .					
86-احاول أن أفهم وجهة نظر الزملاء الآخرين.					
87-أتعامل في يسر مع الآخرين.					
89-لا أسامح الآخرين الآخرين بسهولة .					
99-أفضل الفوز حتى الهزيمة في التعب.					
14-أشعر انني على ما يرام معظم الوقت.					
16-مستوى أداي الرياضي ضعيف.					
18-نومي قليل.					
32-أفعل ما هو صواب معظم الوقت.					
34-استخدم أحيانا وسائل غير مشروعة لشق طريقي.					
36-أجد صعوبة في ان أفعل ما هو صحيح .					
50-احل مشاكلي بسهولة تامة.					
52-أغير رأيي كثيرا.					
54-أحاول ان أهرب من مشاكلي.					
68-أقوم بأداء نصيبي من العمل في المنزل.					
70-أتشاجر مع أسرتي.					
72-لا أتصرف بالطريقة التي ترى أسرتي أنه يجب على أن أتصرف بها.					
86-أرى جوانب حسنة في كل من التقيت بهم من الناس.					
88-لا أشعر بالراحة مع بقية الناس .					
90-أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء.					
100-أحيانا أؤجل عمل اليوم الى الغد.					

مفتاح تصحيح مقياس تنيسي لمفهوم الذات

	الذات البدنية	الذات الأخلاقية	الذات الشخصية	الذات الأسرية	الذات الاجتماعية	نقد الذات	المجموع الكلي
الذات الواقعية	١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	١٩ ٢٠ ٢١ ٢٢ ٢٣ ٢٤ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٣٧ ٣٨ ٣٩ ٤٠ ٤١ ٤٢ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٥٥ ٥٦ ٥٧ ٥٨ ٥٩ ٦٠ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٧٣ ٧٤ ٧٥ ٧٦ ٧٧ ٧٨ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٩١ ٩٢ ٩٣ ٩٤ ٥ ٥ ٥ ٥ ٤ ٤ ٤ ٤ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٢ ١ ١ ١ ١	الذات الواقعية
	المجموع	المجموع	المجموع	المجموع	المجموع	المجموع	
تقبل الذات	٧ ٨ ٩ ١٠ ١١ ١٢ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٢٥ ٢٦ ٢٧ ٢٨ ٢٩ ٣٠ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٤٣ ٤٤ ٤٥ ٤٦ ٤٧ ٤٨ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٦١ ٦٢ ٦٣ ٦٤ ٦٥ ٦٦ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٧٩ ٨٠ ٨١ ٨٢ ٨٣ ٨٤ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٩٥ ٩٦ ٩٧ ٩٨ ٥ ٥ ٥ ٥ ٤ ٤ ٤ ٤ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٢ ١ ١ ١ ١	تقبل الذات
الذات الإدراكية	١٣ ١٤ ١٥ ١٦ ١٧ ١٨ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٣١ ٣٢ ٣٣ ٣٤ ٣٥ ٣٦ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٤٩ ٥٠ ٥١ ٥٢ ٥٣ ٥٤ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٦٧ ٦٨ ٦٩ ٧٠ ٧١ ٧٢ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٨٥ ٨٦ ٨٧ ٨٨ ٨٩ ٩٠ ٥ ٥ ٥ ١ ١ ١ ٤ ٤ ٤ ٢ ٢ ٢ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٣ ٢ ٢ ٢ ٤ ٤ ٤ ١ ١ ١ ٥ ٥ ٥	٩٩ ١٠٠ ٥ ٥ ٤ ٤ ٣ ٣ ٢ ٢ ١ ١	الذات الإدراكية
	المجموع	المجموع	المجموع	المجموع	المجموع	المجموع	
	المجموع الكلي	المجموع الكلي	المجموع الكلي	المجموع الكلي	المجموع الكلي	المجموع الكلي	

ملحق (2)

بسم الله الرحمن الرحيم

أ. د رئيس قسم علوم الرياضة المحترم،

تحية طيبة وبعد،

أنا الطالب محمد فلاح منصور رقم جامعي (2002810052) تخصص ماجستير علوم الرياضة، أقوم حالياً بإعداد رسالة ماجستير بعنوان "مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية للشباب الأكفاء"، بإشراف الدكتور مازن حتاملة.

أرجو منكم لو تكرمتم مخاطبة أربعة كتب موجهة للاتحادات الرياضية التالية:

1. رئيس الاتحاد الأردني للكرة الطائرة.
2. رئيس الاتحاد الأردني للتنس الأرضي.
3. رئيس الاتحاد الأردني لكرة الطاولة.
4. رئيس الاتحاد الأردني للكراتيه

وذلك لتسهيل مهمتي في توزيع الاستبيانات الخاصة برسالتي. مع الاحترام

محمد فلاح منصور

الأستاذ الدكتور رئيس [illegible]
يرجى التلطف بالموافقة

د. نايف أبو عريضة المحترم
رئيس لجنة الدراسات العليا
أرجو التكرم بالموافقة على تسهيل مهمة الطالب المذكور
مع [illegible] الطالب
مازن حتاملة

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة اليرموك
YARMOUK UNIVERSITY

ملحق (3)

الرقم: ر أ/١٠٧/٥٠/ ٨٠٠١
التاريخ: ٢٩ /ربيع١/١٤٢٨هـ
الموافق: ١٧ /٢٠٠٧/٤م

دائرة رئاسة الجامعة

السيد رئيس الاتحاد الأردني للريشة الطائرة

تحية طيبة، وبعد،،،

يقوم الطالب محمد خلف حسن منصور أحد طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمه الجامعي (٢٠٠٥٣٨١٠٠٢) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص علوم الرياضة بإشراف الدكتور مازن حتاملة وعنوانها "مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة الطالب المذكور وتمكينه من توزيع الاستبيان الخاص بدراسته.

شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

رئيس الجامعة

أ.د. محمد الصباريني

تلفون: ٩٦٢-٢-٧٢١١١١١ فاكس: ٩٦٢-٢-٧٢٧٤٧٢٥ اربد- الأردن
Tel:962-2-7211111 Fax: 962-2-7274725 Irbid-Jordan Email:Fac-edu@yu.edu.jo http://www.yu.edu.jo

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة اليرموك
YARMOUK UNIVERSITY

ملحق (4)

دائرة رئاسة الجامعة

الرقم: ر/١٠٧/٥٠/ ٦٠٧١
التاريخ: ٢٩/ربيع١/١٤٢٨ هـ
الموافق: ١٦/٤/٢٠٠٧ م

السيد رئيس الاتحاد الأردني لكرة الطاولة

تحية طيبة، وبعد،،،

يقوم الطالب محمد خلف حسن منصور أحد طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمه الجامعي (٢٠٠٥٣٨١٠٠٢) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص علوم الرياضة بإشراف الدكتور مازن حتاملة وعنوانها "مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة الطالب المذكور وتمكينه من توزيع الاستبيان الخاص بدراسته.

شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

ا رئيس الجامعة

أ.د. محمد الصباريني

تلفون: ٩٦٢-٢-٧٢١١١١١ فاكس: ٩٦٢-٢-٧٢٧٤٧٢٥ اربد- الأردن
Tel:962-2-7211111 Fax: 962-2-7274725 Irbid-Jordan Email:Fac-edu@yu.edu.jo http://www.yu.edu.jo

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة اليرموك
YARMOUK UNIVERSITY

ملحق (5)

دائرة رئاسة الجامعة

الرقم: ر أ/١٠٧/٥٠/ ١٠٧١
التاريخ: ٢٩/ربيع١/١٤٢٨ هـ
الموافق: ١٧/ ٤/ ٢٠٠٧ م

السيد رئيس الاتحاد الأردني للسكواش

تحية طيبة، وبعد،،،

يقوم الطالب محمد خلف حسن منصور أحد طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمه الجامعي (٢٠٠٥٣٨١٠٠٢) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص علوم الرياضة بإشراف الدكتور مازن حتاملة وعنوانها "مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة الطالب المذكور وتمكينه من توزيع الاستبيان الخاص بدراسته.

شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

أ رئيس الجامعة

أ.د. محمد الصباريني

تلفون: ٩٦٢-٢-٧٢١١١١١ فاكس: ٩٦٢-٢-٧٢٧٤٧٢٥ اربد- الأردن
Tel:962-2-7211111 Fax: 962-2-7274725 Irbid-Jordan Email:Fac-edu@yu.edu.jo http://www.yu.edu.jo

جامعة اليرموك
YARMOUK UNIVERSITY

ملحق (6)

دائرة رئاسة الجامعة

الرقم: ر ١/١٠٧/٥٠/ ٩٠٧١
التاريخ: ٢٩ /ربيع١/١٤٢٨ هـ
الموافق: ١٧/ ٤/ ٢٠٠٧ م

السيد رئيس الاتحاد الأردني للتنس

تحية طيبة، وبعد،،،

يقوم الطالب محمد خلف حسن منصور أحد طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ورقمه الجامعي (٢٠٠٥٣٨١٠٠٢) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية/تخصص علوم الرياضة بإشراف الدكتور مازن حتاملة وعنوانها "مفهوم الذات وعلاقته بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لألعاب المضرب".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة الطالب المذكور وتمكينه من توزيع الاستبيان الخاص بدراسته.

شاكراً ومقدراً حسن تعاونكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

رئيس الجامعة

أ.د. محمد الصباريني

اربد- الأردن
فاكس: ٩٦٢-٢-٧٢٧٤٧٢٥
تلفون: ٩٦٢-٢-٧٢١١١١١
Tel:962-2-7211111 Fax: 962-2-7274725 Irbid-Jordan Email:Fac-edu@yu.edu.jo http://www.yu.edu.jo

Abstract

Self-concept and Its Relation to Sport Achievement Among Jordanian National Racquetball Players

Prepared by: Mohammad K. Mansoor

Supervised by: Dr. Mazin R. Hatamleh

The purpose of this study was to investigate self-concept and its relation with sport achievement among Jordanian National racquetball players. Also, to identify the self-concept of players according to (gender, type of sport, years of playing) and level of achievements (local, national, and international). Subjects were 80 players (M=40, F=40) representing four sports (Badminton, Squash, Tennis, and Table Tennis) in different age levels.

The researcher used Tennessee self-concept scale in which includes (100) items divided into nine subscales to collect the data. The results of the study showed a positive relation between self concept and sport achievement, also it was found that players at international level have higher self-concept with sport achievement than players at local level. Self-concept according to gender were significant in self satisfaction and self perception in fever of female players. Self concept according to years of playing were significant in self perception , social self and family self, were in fever under five years of playing.

Finally the researcher recommend to pay more attention to players personality and self concept at all levels to achieve better performance in sport.

Key words:

Self concept ,Tennessee self concept scale, Level of achievement, Self satisfaction.